**DICIEMBRE, MES PARA LA REFLEXIÓN**

***\*Por: Mtro. Carlos A. Audirac Camarena***

Tradicionalmente el mes de diciembre es un tiempo para hacer un balance de las metas alcanzadas y de los buenos propósitos que se quedaron en eso. También es propicio para hacer diagnósticos personales y ahora sí, resolver tomar acciones que modifiquen comportamientos y alcanzar estados de satisfacción, felicidad, serenidad, paz y demás ingredientes de una vida plena.

La situación general es que lo anterior se hace solamente con buena intención, sin una guía que permita realmente establecer una experiencia interior y ser sensible a las situaciones positivas de la vida y a los errores cometidos, sin caer en estados de orgullo superficial o de culpabilidad.

A continuación, comparto algunas ideas que pueden enriquecer el proceso de reflexión personal para esta próxima temporada de fin de año. Una primera proposición que se puede establecer es que la vida es difícil y compleja, ser conscientes que todos nuestros actos tienen consecuencias y que no existe la situación perfecta ni tampoco la situación de absoluta desesperanza. Por otro lado, una segunda proposición es aceptar la posibilidad de darle sentido a nuestra mi vida, establecer una orientación, contar con una intención para cada una de las metas que se quieran alcanzar.

Se puede iniciar el balance del que se habla al principio de este artículo, haciendo una revisión del proceso por el que hemos pasado en el año que termina, primordialmente preguntándonos qué ha ocurrido internamente en nosotros. Identificar, qué está en cada uno de nosotros y que nos invita siempre al bien. Esto requiere sinceridad y autenticidad con uno mismo para llegar al lugar del corazón. Tres preguntas pueden ser útiles para esta primera etapa:

¿Cuál ha sido mi experiencia personal haciendo propósitos?

¿Qué me ha ayudado a alcanzar mis propósitos?

¿Qué aprendizajes se han generado de procesos anteriores?

Una vez que se haya podido establecer la situación alcanzada, sin juzgar ni asignar culpas, se puede estar listo para hacer un ligero cambio en la costumbre de hacer propósitos para el nuevo año que comienza: no pensar en resultados sino comprometerse a un proceso. Un proceso para una conversión interior que permita ser personas auténticas, un proceso que pueda transformarnos sin dejar de ser uno mismo. Un proceso que, de sentido a la vida con alegría, entusiasmo y felicidad, que se pueda compartir.

Si hubiera metas quizá serían: Hacer mejor el proyecto de vida encontrando medios más eficaces para desarrollarlo. Lograr que las tareas cotidianas sean motivo de esperanza, amor, entusiasmo. Ser más para dar más. Lograr una mayor integración como persona.

Como en todo proceso humano, se encontrarán obstáculos que se pueden contrarrestar con propósitos para el día con día, caminando el presente en cada momento. Para la ocasión de decidir propósitos, contar con un para qué será fundamental y también adoptar una actitud de vivir la vida agradecido. Mis mejores deseos.

El autor es profesor de la **Universidad Iberoamericana Puebla**.

**Sus comentarios son bienvenidos**