

El águila es un ave que puede llegar a vivir setenta años, pero para eso necesitará atravesar un difícil proceso de transformación. Cerca de sus cuarenta años, sus uñas se debilitan, su pico comienza a deteriorarse y sus plumas pesadas ya no le permiten volar como antes.

En ese momento el águila debe optar por dejarse morir o enfrentar ese proceso de transformación que durará cinco meses. Si decide esto último, el águila se retira a lo alto de la montaña, allí golpea su pico contra la pared hasta arrancarlo. Su pico vuelve a crecer y con este arranca sus uñas, y estas una vez regeneradas las emplea para arrancarse sus plumas.

De esta manera tiene que esperar aún que sus plumas crezcan para poder volar nuevamente. Después de este proceso de renovación, el águila puede disfrutar de otros treinta años de vida.

Cada uno de nosotros estamos formados por cincuenta billones de células que viven en comunidad, las cuales se renuevan y regeneran permanentemente en un ciclo constante. Se calcula que nuestro organismo tarda aproximadamente siete años en renovar todas las células de nuestro cuerpo.

Eráclito decía; “no podemos bañarnos dos veces en el mismo río”.

Nunca somos los mismos, vivimos en un devenir constante. Sin embargo si hay algo que nos cuesta cambiar a los seres humanos, son nuestras creencias. Algunas de ellas pueden ayudarnos a alcanzar nuestros sueños, y otras simplemente pulverizarlos.

Nuestras creencias constituyen nuestra forma de ser en el mundo, nuestros hábitos, nuestras costumbres, nuestros valores, en definitiva nuestra identidad.

Con ellas generamos nuestra propia realidad y elegimos en que mundo queremos vivir.

El solo hecho de cuestionarlas e imaginar cambiarlas en muchas oportunidades nos paraliza, ya que asumiríamos estar dejando de ser quienes somos, y esto es algo que nos desorienta y aterra porque no queremos dejar de ser aquello que conocemos, aunque esto suponga tropezar reiteradamente con los mismos obstáculos y no nos conduzca donde realmente queremos ir.

Como son tus relaciones de amistad, de pareja, de familia? , estás obteniendo los resultados que buscás? Cuáles son esas creencias aprendidas que seguís sosteniendo en el tiempo y no te animás a soltar?. O simplemente te convencés diciéndote; “ que le voy a hacer, yo soy así, no cambio más”.

Así como el águila atraviesa ese doloroso proceso de transformación para seguir adelante, en algún momento de nuestras vidas llegara el momento de identificar, confrontar y cambiar aquellas creencias que no nos están funcionando y que paradójicamente nos permitirá conservar el ser que que somos, para convertirnos en una especie de versión mejorada de quien estuvimos siendo, lo cual nos ayudara a seguir adelante y alcanzar nuestras metas y sueños.

Aunque nada cambie, si vos cambiás, todo cambia.

Mariano Gámiz.  
Coach Ontológico.