Paz y Felicidad

ASOCIACIÓN NACIONAL DE DOCENTES UNIVERSITARIOS, A.C.

Siembra un árbol de naranja

POR JORGE EVERARDO AGUILAR MORALES Y FABIOLA MARGARITA SANTIAGO GARCÍA

Imagina que quieres disfrutar del jugo de una naranja.

Hay dos formas de lograr eso que deseas.

¿Puedes imaginar esas alternativas?

Puedes ir al supermercado más cercano y comprar un jugo en caja.

Puedes lograr lo que deseas en forma rápida e intensa.

Pero también es una experiencia engañosa ¿Puedes imaginar por qué?

La experiencia puede ser fugaz, un tanto efímera e incluso un poco artificial.

Pero hay otra alternativa.

¿Qué tal si siembras un árbol de naranja?

Este camino no será fácil.

Tienes que abonar la tierra y cuidar cada día el árbol que has sembrado.

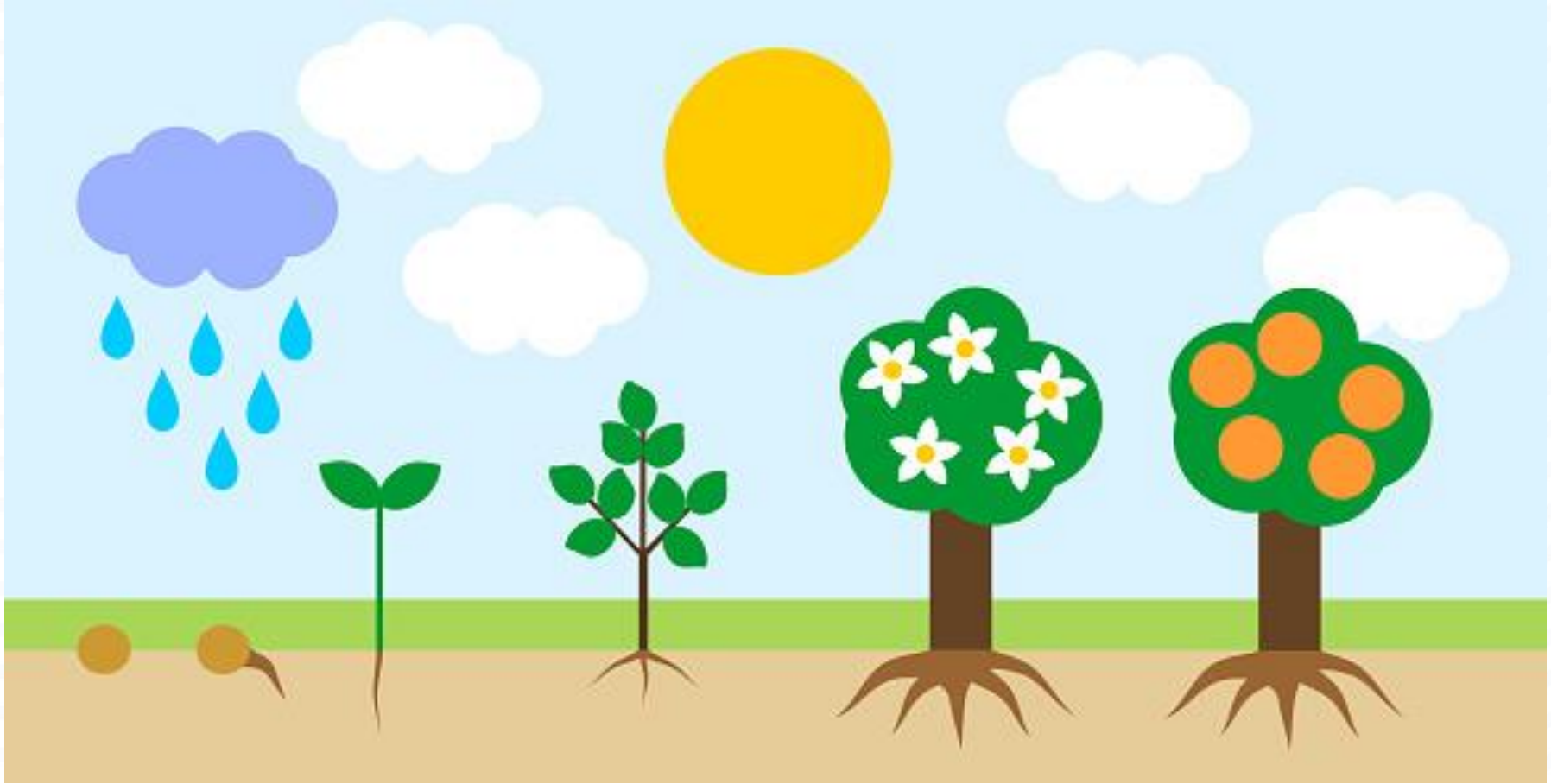
Requerirá de ti un mayor esfuerzo y una gran paciencia. Un naranjo tarda 5 años en dar fruto.

Pero aunque no lo creas, te dará mucha mayor felicidad de lo que imaginas.

Seguramente habrá momentos en que te sientes junto a él a contemplarlo, incluso, en algunas ocasiones, hasta hablarás con él.

Como si fuera un hijo, tal vez hables con un amigo o con un familiar acerca de su crecimiento. Ese pequeño árbol será tu compañero durante años.

Un día notarás un pequeño fruto y contemplarás con emoción su desarrollo.



Cuando por fin esté maduro, le quitarás la cáscara y lo disfrutarás lentamente. Hasta puede que sientas un placer mayor al compartir algunos gajos con otra persona.

También puede ser que ya no estés cuando dé sus frutos, pero no importará tanto, porque por años te habrá regalado muchos momentos únicos.

Y debajo de su sombra o en el jardín de sus recuerdos podrás haberte sentado a descansar en esos momentos de la vida en que a veces necesitamos tomar una pausa antes de volver al camino.

Paz y Felicidad

paz y felicidad.org

Es un programa sin fines de lucro para la divulgación de intervenciones clínicas basadas en la evidencia con el objetivo de promover el bienestar y el desarrollo personal.

Este sitio es auspiciado por la Academia Nacional de Psicología Clínica y de la Salud de la

ASOCIACIÓN NACIONAL DE DOCENTES UNIVERSITARIOS, A.C.

Si desea mayor información comuníquese con nosotros a:

www.pazyfelicidad.org
E-mail: profesoresuniversitariosmx@gmail.com
Tel Cel. 951 54 8 50 88

Facebook/pazyfelicidad.org