

## OPINIÓN

### Creer para ver

Gonzalo Cortés Urra, Asistente Social, Mg. Alta Gerencia Pública

Todos pensamos que es fundamental ver para creer, así nos lo han enseñado por siglos. Que la realidad se impone y que los hechos mandan, en donde la esperanza es apenas un adorno optimista frente a lo concreto, un acto motivacional. Sin embargo, hoy ese paradigma comienza a invertirse, cada vez más, comprendemos que muchas veces es al revés, es decir primero tenemos que creer para luego ver.

No se trata de ingenuidad ni de negar las dificultades. Se trata de entender que la forma en que interpretamos lo que vivimos condiciona profundamente lo que somos capaces de enfrentar. Actualmente

la neurociencia lo ha demostrado con claridad. Nuestro cerebro no es un simple receptor pasivo de la realidad, sino un constructor activo de ella.

Aquello en lo que creemos, pensamientos, expectativas y convicciones, influyen en cómo percibimos el entorno, cómo reaccionamos ante los conflictos y cómo proyectamos el futuro.

Cuando una persona cree que no podrá salir adelante, su cerebro tiende a confirmar esa creencia, se enfoca entonces en los errores, amplifica los fracasos y minimiza las oportunidades. En cambio, cuando alguien cree que puede aprender, adaptarse y volver a intentarlo, el cerebro activa rutas asociadas a la creatividad, la perseverancia y la búsqueda de soluciones. No vemos lo que creemos por azar, lo vemos porque nuestro cerebro filtra la realidad según aquello que considera posible.

Creer para ver, no significa cerrar

los ojos ante la realidad, sino abrirlos con una disposición distinta. Es enfrentar una crisis pensando que puede transformarse en aprendizaje. Es asumir un cambio con temor, pero también con la convicción de que contamos con recursos internos para poder adaptarnos. Es comprender que la resiliencia no es ausencia de dolor, sino la capacidad de atravesarlo sin quedar atrapados en él.

En tiempos de incertidumbre, creer se vuelve un acto profundamente práctico. Creer en uno mismo, en los demás y en la posibilidad de avanzar incluso cuando el camino no está claro. Porque cuando creemos, actuamos distinto y cuando actuamos distinto, la realidad también comienza a transformarse.

Quizás hoy no se trata de esperar a ver para recién creer. Tal vez el verdadero desafío es atrevernos a creer primero... para, recién entonces, empezar a mirar y a actuar