

30 años de hechos y legados que permanecerán por siempre.

Por: Marco Antonio Ramírez Mobarec

-Área de la Educación
-Área de la Psicología pericial
-Área del Deporte y de la recreación
-Área de la Seguridad
-Miembro y colaborador en Neuropsicología en investigación en Fundación Pasqual Maragall
-Área de la prevención
-Área de la Fisioterapia

El dejar un legado significa que el poder pensar en esos hermosos y gratos momentos y recuerdos vividos y que además quedan grabados en la mente y en la memoria es una cosa, pero determinar hacerlo de un modo diferente y que refuerce la salud mental es otra.

Mis estimados lectores, es bastante cierto que el poder estudiar pasajes de la historia o tan simplemente el poder visitar a los diversos anticuarios, son sin duda alguna actividades que muchas personas encuentran bastante estimulantes, pero eso no es lo mismo que el poder también reflexionar sobre la memoria y el pasado de forma verdadera.

Y es que al poder incorporar a nuestra vida del día a día el hábito de poder leer un párrafo, o leer dos frases, y sobre todos los recuerdos, tiene grandes beneficios a nivel psicológico, ya que como seres humanos, es sin duda alguna algo muy importante para todos, y es que lo que somos realmente en nuestra vida, éso es fundamentalmente, con recuerdos muy ligados a un concepto, el "Yo", y por ende, debemos aprender a poner en perspectiva lo que nos va pasando y ocurriendo a lo largo de la vida.

Esto nos permitirá tener una autoestima mucho más equilibrada y no llegar a tener un martirio por aquello que nos hace sentir culpa por no haber aprovechado

mejor el tiempo durante nuestra vida.

Lo más importante es cómo usemos nuestros conocimientos para poder vivir el presente y también el futuro.

Para tener una forma o manera sana de relacionarse con nuestra memoria.

Además que para poder revivir instantes únicos, debemos también hacer memoria y volver al pasado. Cada instancia de cada uno de estos recuerdos, vienen muy impregnados de una gran carga psicológica y emocional que nos hace sentir a todos como si estuviéramos inmersos en el escenario pasado de nuestras vidas.

Si por algún motivo queremos deshacernos de un pensamiento, en muchos casos lo más probable es que no lo consigamos jamás.

Mis queridos lectores, los recuerdos permanecen aun cuando queramos ignorarlos por completo.

Cada acción, cada cosa que hacemos va a poder ser recordada por nuestros hijos, por nuestros amigos y familiares, por nuestros alumnos, por una sociedad y ciudadanía entera dentro de unos años y dentro del incierto futuro que cada uno tiene al frente

A veces estimados lectores, lamentablemente no se conoce el verdadero el inmenso valor de un momento hasta que se convierte en memoria.

Nuestro inconsciente siempre nos revela varios detalles que creíamos que nos habían pasado desapercibidos, pero no, ahí estarán.

Siempre la verdad, los hechos y las acciones, van a recorrer nuestra mente a una velocidad vertiginosa y pasmosa.

Mis estimados lectores, éste año para mí, tiene una tremenda importancia, y es que a través de mi mente y de mi memoria, se me vienen a la mente años que han sido muy hermosos, y también otros que han sido entre una combinación de dulce y de agraz.

Pero como no recordar un año muy especial, y me devuelvo con mi mente hacia el pasado, y principalmente hacia el año 1995, etapa y año en donde comencé a escribir en éste histórico, grandioso e importante medio de comunicación, año en que independiente de escribir una columna, también se daban a conocer las diversas actividades que se realizaban en nuestras Provincias de Melipilla y Talagante y que realizamos en conjunto con todas las autoridades, con diversas instituciones y medios de comunicación, y que fué por muchos años una etapa que realmente fué inolvidable, un gran ciclo de oro en la historia de nuestras Provincias de Melipilla y Talagante, y que es prácticamente muy difícil de olvidar y prácticamente imposible de superar.

A través de éstas líneas, quiero agradecer a la dirección y a todos los miembros y funcionarios que han hecho posible que éste importante e histórico medio de comunicación, me haya dado la oportunidad de poder compartir semana a semana con ustedes mis estimados lectores, columnas con diferentes temas, ya sean de lo social, de lo deportivo, de lo cultural, de la contingencia comunal, nacional y también internacional, y también recordando y haciendo un gran homenaje a todos aquellos que ya partieron y que dejaron una gran huella.

Yá son, tres décadas, yá son 30 años compartiendo con ustedes mis estimados lectores, una columna que siempre ha velado por entregar lo mejor de sí y también para y por el bienestar de toda una comunidad y ciudadanía, y que si Dios quiere lo seguiremos haciendo.

Hasta la próxima semana