LITORALPRESS

Fecha: 28-07-2025
Medio: Todopaine.cl
Supl. : Todopaine.cl
Tipo: Noticia general
Título: EL ARTE DE ELEGIR UNA Y OTRA VEZ

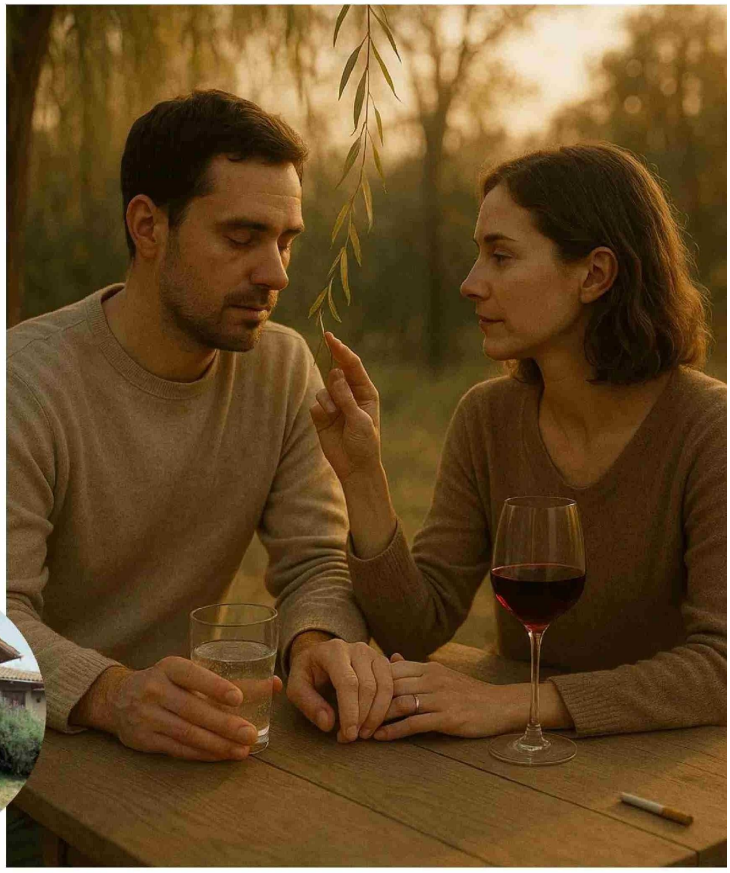
Pág. : 8
Cm2: 1.076,2

Tiraje: 2.000
Lectoría: 6.000
Favorabilidad: No Definida

EL ARTE DE ELEGIR UNA Y OTRA VEZ

UNA HISTORIA SIMPLE SOBRE VOLUNTAD, AMOR SILENCIOSO Y LA PLENITUD DE VIVIR EL MOMENTO

Por: **Psicóloga Lissi Plaza Hubach (Docente Capacitación y Desarrollo UC)**
Dueña Mitifuu Restaurante)



Bajo el abrazo de un sauce antiguo, en el corazón sereno de Mitifuu, fui testigo de una escena que me recordó que la felicidad no siempre hace ruido. A veces, apenas susurra: "Sí puedo". Llegaron un poco antes del atardecer, con ese aire de quienes se han permitido parar el tiempo por un rato. Se acomodaron frente a los paltos, sin apuro. Él pidió agua con gas; ella, una copa de carmenere. Y entre palabras bajitas, casi suspiros, ella me compartió algo íntimo:

—"Lleva 19 días" —dijo, con esa mezcla de orgullo suave y pudor bonito—. "No es la primera vez. Pero esta vez… esta vez quiere probarse que puede."

Me quedé abrazada a esa frase: probarse que puede. Porque claro, decidir dejar de fumar es difícil. Pero mucho más difícil es volver a decidirlo cada mañana. Al tercer día. Al séptimo. Al número diecinueve. Y, sin embargo, él seguía eligiendo. Lo vi mirar un cigarro encendido en el banco junto a la piscina. Lo vi quedarse quieto. No huyó. Tampoco se acercó. Ella, sin decir palabra, le tomó la mano. No había tensión. No había drama. Había decisión. Había cuidado. Había amor.

LA VOLUNTAD COMO FIDELIDAD:

Ese gesto silencioso me enseñó que la voluntad no es solamente fuerza de resistencia.

Es fidelidad. Fidelidad a lo que uno quiere llegar a ser. Fidelidad a una promesa íntima, que nadie más escucha. Fidelidad también al otro: a quien acompaña desde el respeto, sin presión ni exigencia.

Esa tarde me dejó tres certezas suaves que hoy quiero compartirte:

1. La felicidad como plenitud del momento que nos toca vivir

Él no estaba esperando "lograrlo" para ser feliz. Ya lo era. Porque estaba presente. Limpio. Respirando desde un lugar más honesto. Aprendiendo a estar en su propia piel sin necesitar esconderse detrás del humo. Y en ese acto pequeño, había una forma profunda de plenitud.

2. La felicidad como un ejercicio compartido

Ella no lo empujaba. Lo acompañaba. Lo contenía. Y en esa ternura callada, él encontraba fuerza. Fuerza para elegir no solo por sí mismo, sino también por lo que estaban tejiendo juntos. Porque cuando alguien cree en ti justo en el momento en que tú dudas de ti, nace una fuerza nueva. Una que no se nota, pero sostiene.

3. La voluntad como camino hacia la libertad

No era fuerza bruta. Era temple. Era amor propio en movimiento. La voluntad no era un fin, era su aliada. Una herramienta con la que estaba construyendo, paso a paso, una libertad más honda. Una donde ya no era prisionero de sí mismo.

Se fueron cuando el sol ya se había escondido detrás de los sauces. Él, antes de subir al auto, rozó con los dedos una rama baja, como quien se despide de algo antiguo. Ella le sonrió en silencio. Y él respiró hondo.

Porque a veces la felicidad no se nota; a veces se parece a un "no, gracias" dicho con dulzura y firmeza; a una mano apretada bajo la mesa; a una elección que se repite, sin aspavientos, una y otra vez.