



PEQUEÑAS METAS

Tú quieres crecer y progresar, pero cada paso puede parecerte tedioso cuando pones la mirada en la meta a largo plazo y te preguntas si algún día llegarás a alcanzarla. Sin embargo, son los pequeños avances a ritmo constante los que garantizan un triunfo seguro.

Imagínate que quieres hacer una torta. Tienes todos los ingredientes en la cocina y estás listo para comenzar. Miras la receta y piensas: «Tengo que ablandar la mantequilla, luego añadir el azúcar, y después ir agregando y batiendo de a uno cada huevo. ¿De a uno? Pero ¿por qué?»

Es posible que prefieras ponerte el bol bajo el brazo y recorrer la cocina echando en él los ingredientes a tontas y a locas, mezclarlo todo junto y verterlo en el molde que vas a meter en el horno... o ¿por qué no?, comerte la masa cruda. Después de todo, sabe bastante bien, ¿no?





Aprender cosas nuevas, como cocinar una torta, es algo que se hace paso a paso. Cuando preparas una torta tienes que medir, cernir, batir y añadir los ingredientes. Tienes que untar con mantequilla la fuente antes de echar en ella la mezcla. Luego tienes que esperar a que se cocine. Todos esos pasos toman tiempo, pero son el método o procedimiento para que la torta quede bien.

Ahora apliquemos este principio a tu desarrollo personal. Piensa en los pasos que debes dar para alcanzar tus objetivos: cada uno de ellos puede

ser una pequeña meta que te fijes. No trates de abarcar más de la cuenta ni de conseguirlo todo de golpe. Se te hará una montaña, y te desanimarás.

Si te estás esforzando por mejorar en cierto aspecto, por ejemplo por ser más amable, paciente o considerado, no esperes que después de una oración y una firme resolución de pronto te vayas a transformar en una nueva persona y de un día para otro te va a resultar fácil dejar pasar las faltas de los demás, anteponer automáticamente sus necesidades a las tuyas o reaccionar siempre con amabilidad y cortesía.

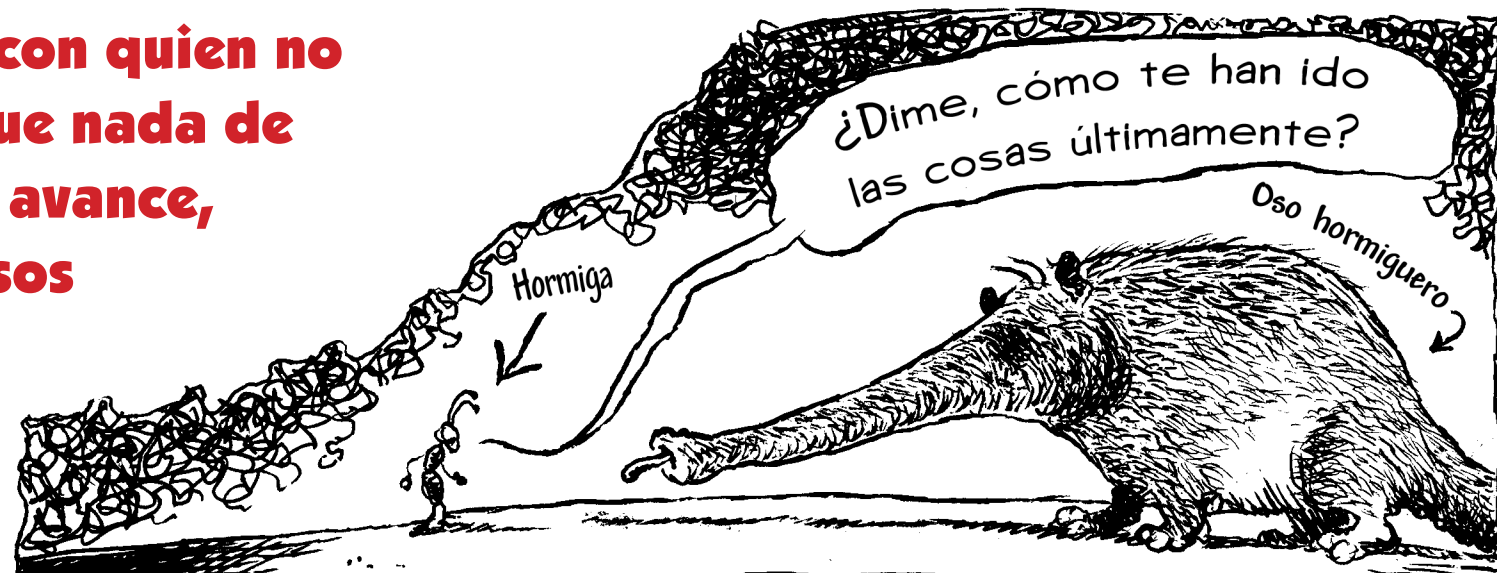




Una forma de fragmentar en pequeñas metas los desafíos a los que te enfrentas podría ser preguntarle a Jesús cada día cómo puedes progresar hacia el objetivo de ser más amable con los demás. Tal vez te indique que prestarle a tu hermanito tu

Game Boy sería un gesto de amor y un buen paso en esa dirección. Quizá te diga que te ofrezcas a ayudar a tu mamá con algunas tareas de la casa para que no tenga que hacerlas todas ella.

Es posible que te anime a ser más simpático con alguien con quien no sueles hablar. Puede que nada de eso te parezca un gran avance, pero son pequeños pasos en dirección a tu objetivo.



El hecho de que desees cambiar ya es un paso gigante en esa dirección. No te desanimes cuando no te resulte fácil hacer progresos. Si perseveras y sigues dando pasos hacia tus objetivos, lograrás triunfos sólidos y duraderos. Más adelante te alegrarás de haberlo hecho.



Autora: Christia Copeland. Traducción: Prissy y Jorge Solá. Ilustraciones: David Komic. Diseño: Yoko Matsuoka.

© La Familia Internacional, 2011