

La porta negra: decisions difícils

PSICOLOGIA D'ADULTS: CRISIS VITALS
ANSIETAT – DEPRESSIÓ – PROCESSOS DE DOL
TERÀPIA DE PARELLA - TERÀPIA SEXUAL
EJACULACIÓ PRECOÇ – DISFUNCIÓ ERÈCTIL- ANORGÀSMIA



Sílvia Rodríguez Díez
Psicòloga d'adults
Terapeuta sexual i de parella
Col·legiada 16.572

KANTOR
Espai d'atenció psicològica

Llobateras 6-10 local 1
(al costat de Regina Carmeli)
Tf. 93 588 21 53/644 008 701
info@espaikantor.org
www.espaikantor.org

“Hi havia una vegada en un país molt llunyà un rei que era molt polèmic per les seves accions. Prenia als presoners de guerra i els portava cap a una enorme sala. Els presoners eren col·locats en grans fileres al centre de la sala i el rei cridava dient-los: -Us donaré una oportunitat. Mireu al racó del costat dret de la sala.

En fer això, els presoners veien alguns soldats armats amb arcs i fletxes, llestos per a qualsevol acció.

-Ara -continuava el rei- mireu cap al racó del costat esquerre.

En fer això, tots els presoners notaven que hi havia una horrible i grotesca porta negra, d'aspecte dantesc. Cranis humans servien com a decoració i la balda per obrir-la era la mà d'un cadàver. En veritat, alguna cosa veritablement horrible de veure. El rei es col·locava en el centre de la sala i cridava:

- Ara trieu: Què és el que voleu? Morir clavats per fletxes o obrir ràpidament aquella porta negra? Teniu lliure albir, trieu.

Tots els presoners tenien el mateix comportament: a l'hora de prendre la decisió, ells arribaven a prop de l'horrorosa porta negra de més de quatre metres d'alçada, miraven les llegendes escrites del tipus: 'visca la mort', i decidien: - “ prefereixo morir travessat per les fletxes. “ Milers van optar pel que estaven veient que feien els altres: triar la mort per les fletxes. Un dia, la guerra va acabar. Passat el temps, un dels soldats de l'escamot de fletxes' estava escombrant l'enorme sala quan va aparèixer el rei. El soldat amb tota reverència i una mica temorós, va preguntar: - “Saps, gran rei, jo sempre vaig tenir una curiositat, no s'enfadi amb la meua pregunta, però, què és el que hi ha darrere d'aquella porta negra?”

El rei va respondre: - Doncs bé, ves i obre-.

El soldat, temorós, va obrir cautelosament la porta i va sentir un raig pur de sol besar el terra de l'enorme sala. Va obrir una mica més la porta i més llum i un deliciós aroma a verd van omplir el

lloc. El soldat va notar que la porta negra donava cap a un camp que apuntava a un gran camí. Va ser aquí que el soldat es va adonar que la porta negra duia cap a la llibertat. “

Aquest conte parla de la popular frase 'més val boig conegut que savi per conèixer', un resum de la moralitat d'aquesta història. Quantes persones prefereixen continuar per un camí que no és agradable, que causa dolor, que no els satisfà per no atrevir-se a canviar i escollir un altre rumb, una altra senda. Tots tenim una porta negra, una opció que ens fa por escollir per si el que hi ha darrere és pitjor que el que tenim. Aquesta por és tan gran, que de vegades fins i tot emmascara el dolor real que ja s'està vivint, sembla menys dolent. Igual que el nostre cos té tolerància al dolor físic, també la té al dolor emocional, de manera que pots arribar a acostumar-te a cert nivell d'incomoditat. Quan una persona “s'acostuma” a quedar-se en un racó conegut, acaba creient

que de debò no és capaç de fer res i poc a poc això pot danyar la seva autoestima. Aquest dany també és més gran que el d'equivocar al triar. Quan una persona comet un error, pot aprendre coses, sentir que surt enfortida, que s'ha atrevit, que s'ha posat a prova. Que el resultat no sigui l'esperat pot relativitzar-se més. No obstant això el que es queda a “l'aquí ja estic bé” acaba creient-se de veritat que és petit, que no pot, que és menys que els altres.

Pensa quantes portes negres no t'atreveixes a obrir desconeixent completament què hi ha darrere. A priori, les matemàtiques no menteixen: tens tantes possibilitats de fallar com d'encertar. Segur que no val la pena intentar-ho?

Sílvia Rodríguez Díez
Psicòloga
col·legiada 16.572
KANTOR.

Espai d'Atenció Psicològica
Llobateras 6 Local 1 - RUBÍ
Tel. 93 588 1343
644008701