



EXPECTATIVAS Y DECEPCIONES

EL CONCEPTO

Grandes expectativas, grandes decepciones. Medianas expectativas, medianas decepciones. Sin expectativas no hay decepciones.

Era uno de los mantras preferidos de quien fue mi Maestro Oriol Pujol Borotau. Y es exactamente así. Las decepciones tienen siempre como origen una expectativa. Si evitamos la expectativa, evitaremos la decepción. Si no esperamos nada en especial de una persona, proyecto o situación, es seguro que no sufriremos la decepción.

Ejemplo: Me mandó un mensaje la productora de un programa de radio, pidiéndome que la llamara. Mi cabeza fue un hervidero de expectativas: ¿me ficharán para la nueva temporada? ¿Me propondrán una colaboración estable? Ya me veía sentado en el plató cada semana. La llamé, y resulta que simplemente me pidió el móvil de un conocido mío al que necesitaban contactar. Decepción ganada a pulso.

CÓMO UTILIZARLO

1. No avances acontecimientos cuando tienes ante ti algún proyecto, evento o cuando alguien te contacta. Deja tu mente en blanco, y espera a ver qué te proponen o qué quieren de ti. La mente es una poderosa máquina de fantasear, y tras cada fantasía habrá una decepción.
2. Para mantener la motivación frente a algo que te traes entre manos, cambia expectativa por ilusión. La diferencia es que desde la expectativa cuentas con que aquello pase, y pase como has previsto. Desde la ilusión, no das nada por hecho ni por supuesto. Te mantienes en la consciencia de que eso puede o no pasar.
3. No te hagas expectativas de las cosas, porque renuncias a la sorpresa, y puedes hacer que algo, por el mero hecho de ser distinto a lo que esperabas, no tenga valor para ti. Las expectativas nos aguan muchas fiestas, que sin expectativas podrían ser fantásticas.