

# PRESBICIA (VISTA CANSADA)

4ª Etapa (Relación).

La presbicia es una anomalía en el cristalino del ojo. Es una anomalía de la visión, el defecto de un ojo que no ve con claridad los objetos cercanos a causa de una mala acomodación.

## ¿Qué conflicto emocional estoy viviendo?

Si yo presento presbicia, quiere decir que le temo mucho al futuro. Ya sea que presiento un hecho aterrador en mi futuro o hay algo lejos que me provoca dicho miedo. Soy una persona muy aprehensiva conmigo, lo que me pasa o con los míos y lo que les pasa. Pienso mucho en muerte, en enfermedades, en la vejez, en accidentes, en todas las posibilidades y todo el tiempo. Es un tipo de paranoia de que "algo malo puede pasar" o "pasará".

## Resentir:

"¿Y si en ese viaje se estrella el avión?"

"¿Y si ahora que envejezca ya no puedo tener vida sexual?"

"¿Y si mi hijo muere en ese campamento con sus amigos?"

"¿Y si violan a mi hija saliendo de ir a bailar?"

"¿Y si toda la familia nos enfermamos por aquí en la calle?"

"¿Y si el virus del ébola llega a mi país y morimos todos?"

La presbicia, me está indicando, que soy una persona incapaz de ver clara y objetivamente mi realidad y las cosas que me rodean. No vivo ni disfruto de mi presente por pensar en un futuro incierto. Significa que me dejo llevar por mi amplia imaginación y que me hago daño gracias a ello. Me está indicando que "no me adapto" a la realidad, a las personas y a las circunstancias". No puedo vivir la vida preocupándome por cosas que no han sucedido, que no sucederán y que yo estoy construyendo en mi mente.

## ¿Cómo libero esa emoción biológica?

Debo ver claramente mi realidad presente.

Debo aceptar, afrontar y superar todo aquello que me ponga la vida.

Debo dejar de envejecer a mis ojos por mi miedo al futuro.

Debo envejecer con alegría.

Debo valorar mi vida y mi cuerpo sin miedos.

Debo adaptarme bien ante toda persona y circunstancia.