

# DESCANSO

Una sección para que dejes tus respuestas anónimas a las preguntas del newsletter. Si querés debatirlas en un contexto seguro, te invitamos a sumarte al taller en vivo, Terapia Creativa para Escritores. Mandanos un mail a [todonuestro.todosuyo@gmail.com](mailto:todonuestro.todosuyo@gmail.com) para sumarte

**TODO NUESTRO, TODO SUYO** JUL 05, 2022 02:10PM UTC

## **¿A qué cosas te gustaría renunciar? ¿Por qué no lo hacés?**

Me gustaría renunciar a mi trabajo actual. Pero no me animo. Más allá de la estabilidad económica que me da (que no es tanta porque me pagan muy poco y mi jefa lo sabe), me da miedo no saber qué hacer una vez que renuncie. No encontrar nada mejor. Por eso me quedo

**Acabo de leer el comentario anterior y me da gracia (se ríe para no llorar) pero estoy atravesando la misma situación. Sin embargo, hoy presente una pre-renuncia. Esperando que las cosas cambien dentro de dos meses. Es un trabajo que me consume más mental que físicamente, especialmente cuando veo que la gente a mi alrededor hace muchísimo menos y gana cuatro veces más.**

A mi carrera. Estoy en un punto en el cual no sé por qué estudio lo que estudio, ni a dónde va a llevarme. Pero me falta un año, y ante los ojos del mundo, la condena por abandonar tan cerca de la meta, empeora.

Con solo pensar en decírselo a mi familia, lloro. jajan't

A ser la hija prodigio. Estoy agotada, ojalá algún día pudiese ser esa hija desastrosa de la que no se espera nada y entonces nunca decepciona, quizás así podría vivir más en paz sin pensar en que le debo algo a mis viejos todo el tiempo.

**A algunas actividades y compromisos. Porque a veces pienso más en los demás que en mi. También a darle tanto lugar a la mirada ajena sobre algunas cuestiones, sabiendo que "los de afuera son de palo", igual me quedan frases dando vuelta que duelen y enroscan.**

Hace pocos meses renuncié a un trabajo después de 7 años, y ahora tengo otro en el que estoy ganando mucho mas dinero pero pienso en renunciar todos los días.

Así que me estoy replanteando que en realidad gustaría renunciar a la idea de tener que trabajar 8 horas diarias haciendo algo que no me llena, todos los días de mi vida.

Más filosófico lo mío. Quiero renunciar a la negatividad. A dejar de ver todo con ojos negros, o a tener miedo de todo. Me va a llevar años, jaja

No lo hago porque me resulta cómodo en un punto. Pero querer es poder!!

**me gustaría renunciar a mis mini laburitos y que me mantengan mis papis para siempre u.u**

**¿Qué cosas realmente no podés hacer? ¿Qué sensación te genera darte por vencido y reconocer que eso no es para vos?**

Nunca pude darme por vencido con algo. Mentalmente vivo en la potencialidad de poder con todo. Potencialmente soy todo mientras que en los hechos mi día a día no me convence ni un poco.

Pensar en estar en soledad. No me refiero a estar en pareja, sino a estar sin compañía. No me gusta estar sola en mi casa (o sí, pero pocas horas), no me gusta caminar sola, no me imagino

paseando sola ni muchísimo menos viajando sola. Todo eso me provoca ansiedad y síntomas horribles. Por mucho tiempo pensé (y a veces sigo pensando) que soy un fracaso por no hacerlo, por no animarme, por no lograr superar mi ansiedad y mi miedo. Y quizás simplemente no es para mí. Pero bueno, es difícil no pensarme como un fracaso..

Muchas veces no puedo cumplir con todo lo que me exige la facultad, muchas veces es casi siempre. Y eso que siempre siento que estoy dando lo mejor de mí es terrible, lo mejor no alcanza. Más que lo que tengo no sé qué sería, no sabría de dónde sacar tiempo, energía y ganas. Eso me genera mucha frustración, porque por supuesto me da culpa y por supuesto me comparo mucho con mis amigas de la carrera. La vida de ser productivo al 100% no es para mí, no puedo. Me siento muy vacía si no dedico tiempo a otras cosas que -supuestamente- no tengan que ver con la productividad, como leer, escuchar música con toda la atención puesta ahí, estar con gente, salir a pasear, escribir, hacer collages, descansar!!!! Necesito tiempo para eso también y me niego a sacrificarlo sólo por "ser productiva".

No puedo pedir ayuda, me siento más tranquila arreglándome sola. No se pedir ayuda, no me gusta, siento que después eso se transforma en una deuda con el otro, o yo me convierto en una carga para el otro. Y yo no quiero ser eso para nadie porque tampoco quiero cargar con gente. Ya cargue con muchos en mi vida :(

**Puf, gracias a quienes compartieron sus experiencias más arriba, me identifico mucho con lo de pedir ayuda y lo de hacer cosas sola. Literalmente en este momento me cuesta mucho caminar sola, manejar sola, estar en lugares sola. Me agarra también ansiedad y síntomas feos y, si bien lo estoy tratando, siento que es algo que se me va a pasar medio sin buscarlo, quizás cuando esté en otro mindset. Como si internamente supiera que va a pasar, pero que forzarlo es medio contraproducente. Y, justamente, eso me hace depender bastante de los demás, para traslados por ejemplo, y me lleva a tener que pedir ayuda, a sentirme menos. Cuando yo siempre estoy ahí para todo el mundo por default, y a la hora de tener que pedirla... no solo me cuesta sino que medio me decepciono o se me abren nuevos interrogantes con respecto a las expectativas que tengo de los demás, qué cosas haría yo en el lugar de otros, etc!**

No puedo trabajar en empresas que van en contra de mis valores. Tuve un trabajo a nivel social muy bien visto, pero realmente odiaba hacerlo y las condiciones de extrema flexibilidad del trabajo remoto para mí eran una cárcel. Estaba nunca en "el trabajo" pero siempre pendiente del trabajo - era interrumpida todo el tiempo. Lo odiaba.

Renuncié y no me sentí mal. Hay cosas que no son para uno, y está bien encontrar los propios límites. A veces me pesa el componente social - cómo se ve hacia afuera que elijo hacer un trabajo "menos canchero" pero tendré que aprender a que no me importe.

Que trabajar no es para mí, o tal vez si lo sea pero no en un laburo que no me genera ni el más mínimo entusiasmo. Actualmente tengo un mini trabajito que no paga casi nada y al que le dedico menos de dos horas por semana y lo complemento con mi estudio que (debido a la facultad a la que voy) es casi una cagada. Todo el mundo me dice que me relaje que hago cosas pero yo solo veo todo el tiempo que me sobra y (si bien me encanta porque amo leer, ver películas y tener tiempo para mí) no puedo evitar compararme con todas mis amigas y conocidos que no tuene casi tiempo para nada. Y a mí me sobra. Y MUCHO. Por ende me siento super culpable todos los días de mi vida. Wii aguante ser yo

## **¿Qué cosas no querés hacer? ¿De qué lugares te gustaría sacar tu esfuerzo?**

---

Quiero dejar de pretender que me interesa lo que estudio y que la rompo en los exámenes con facilidad cuando la realidad es yo literalmente llorando 6 días antes de rendir. Quiero que la facultad se termine ya y usar todo ese esfuerzo en cosas que realmente me llenen

**Planes sociales que no me motivan o que siento que van a ser meramente charlas de ver "en qué anda el otro", en donde medio te hacen check-list de temas cómo: dónde vivís, si planeas convivir con tu pareja, si planeás tener hijxs, si planeás irte del país, que porqué no trabajás de tal cosa, que porqué no haces esto, que hace mucho que no viajás, en fin, esa zanahoria medio infinita que te pone la sociedad y que, aunque en tu día a día realmente no te importe, es molesto juntarte a compartir tu tiempo y volverte con sensación de que "nunca llegas" o siempre te falta algo.**

Me gustaría dejar de forzarme a buscar mi trabajo ideal o la pasión de mi vida. Siento que le dediqué mucho tiempo a pensarlo, poco a vivirlo desde un lugar más relajado, y eso no me llevó a ningún puerto. Al contrario, es como si en vez de haber levantado el ancla e izado las velas, hubiera estado años limpiando la cubierta del barco.

La cultura de finding your passion - y esa true passion siempre es un trabajo millonario es la gran estafa de nuestro tiempo. Tal vez la pasión de mi vida sea tan poco ambiciosa (en los términos que usa la cultura del "find your passion") que no la encuentro porque la estoy buscando mal.

## **¿Qué pasaría si nunca cumplís tus sueños? ¿Cuáles de esos sueños son realmente tuyos? ¿Estás disfrutando el camino?**

---

### **the road not taken...**

Si no llego a cumplir mis sueños, creo que a una parte de mí le costaría dejar de pensar en ese momento inexistente, ese momento que no fue pero que muchas veces reproduce en mi cabeza antes de dormir.

Me parece que es difícil poder trazar una línea recta que separe nuestras ideas de las opiniones de los demás. Siento que una vez que contás que te gusta hacer algo, la gran mayoría espera que hagas algo de eso, con preguntas como "Y, ¿qué tal la escritura?, ¿Estuviste escribiendo?". O capaz es lo que yo creo que los demás piensan. ¿Realmente quiero escribir un libro, o el hecho de hacerlo les demuestra a otros que "puedo" escribir? Que esto que me gusta hacer es real y existe.

No estoy escribiendo tanto comparado con años anteriores, me siento estancada en un lugar del que no veo ninguna salida. Me está costando correrme del espacio que siempre ocupé; las ideas son las mismas, y el punto final parece que nunca va a llegar. Lo que más miedo me da de renunciar es después arrepentirme, y que para cuando me dé cuenta ya sea "tarde" para elegir el camino que antes descarté.

**Re disfruto del camino de aprender, probar, experimentar, conocerme, buscar, darme tiempo y espacio, estas a solas (o conmigo) disfrutándome y agradeciendo el recorrido, pero a la vez me pongo súper ansiosa/me frustro fácilmente porque siento que genero proyectos, materializo sueños e ideas creativas más simples o más complejas, y que nunca pasa mucho con nada, más allá de la satisfacción personal de hacerlo, la creación de algo nuevo en sí, y saber que "lo hice y lo tengo". Pero quizás tengo expectativas altas con respecto a qué puertas deberían abrirse u oportunidades llegarme.**

No estoy disfrutando el camino para nada. Y estoy tratando de empezar a hacerlo.

Estoy llegando a la idea de que muchos sueños tal vez nunca se cumplan - no se si llegué a la amargura de la adultez o al principio de algo nuevo que me permita justamente disfrutar de ese camino.

Creo que está bien que ciertos sueños sean más un ideal imposible de cumplir pero que si tiene que haber otros sueños más realizables por los que levantarse a la mañana. Y creo que hay que celebrarse por cumplir esos sueños chiquititos. Puede ser algo tan sencillo como llenar tu casa de plantas o adoptar un perro.

### **it's a trap!**

Resulta muy complejo pensar qué sueños son realmente míos y cuáles fueron programados por el sistema en el que vivimos. Recien ahora que estoy en pleno descanso (y disfrute) después de 10 años ininterrumpidos de trabajar es que me permito frenar a reflexionar cuáles son MIS metas que me hacen feliz a Mí y se alinean con mis ideales. El descanso nos suena tan atractivo pero nos genera tanta culpa precisamente porque así fuimos criados, midiendo el valor personal según lo que producimos. Mirar una serie mientras estas en la cinta de correr; pintarnos las uñas y hacer un taller online; buscar siempre la manera de auto-optimizarnos, auto-mejorarnos y, en ultima instancia, auto-explotarnos.

Prefiero ganar menos y tener mas tiempo para vivir. Quizá mi ULTIMATE DREAM sea sencillamente VIVIR PARA DISFRUTAR.

Me siento identificada con todas. También me pasa que de piba (20 años) era mucho más soñadora, y con el paso de los años y habiendo cumplido esos sueños me di cuenta que ni eso me da felicidad, porque empecé a entender que esos sueños no venían enteramente de mí y que estaban programados. Hoy por hoy me cuesta soñar y me cuesta disfrutar el camino a cualquier meta

porque ya sé de antemano que no tiene mucho sentido lograrlo, y termino padeciendo todo en vez de disfrutarlo.

Me da el mismo miedo no cumplir mis sueños que de repente cumplirlos y al haber estado tanto tiempo enfrascada en ellos darme cuenta de que en realidad no eran lo que quería. Que eran sueños socialmente bien vistos y medio colectivos y que entonces yo también tenía que tenerlos.

## **¿Te gustaría dejar de ser quien sos por un rato? ¿Pensaste en tomarte un descanso de tu vida y hacer de cuenta que tenés otra?**

---

### **Ser o no ser**

Esa es la cuestión. Actualmente me encuentro en una posición que me gusta la persona que estoy siendo y las cosas que no me gustan, las trato de aceptar y cambiar a algo que me sienta más cómoda. No es fácil pero los años son sabios, dicen. Quizás en mi adolescencia no me hubiera molestado en lo más mínimo ser Sharpay Evans o alguna de esas celebridades que al parecer tienen toda su vida resulta. Pues en ese entonces, mis conceptos se resumían en lo estético y económico.

Que placer fingir demencia pero que doloroso volver. No digo que me gustaría hacerlo pero involuntariamente lo hago y cada vez que pego la vuelta a ser lo que mas o menos creo que soy es mas angustiante que la anterior.

## **A veces me gustaría volver a ser yo en el pasado pero con la consciencia de ahora ;) siento que aprovecharía mejor algunas situaciones, me desenvolvería mejor y las disfrutaría más. Pero bueno... quizás la gracia es esa? Hacer clicks y cambiar hacia el futuro, a la vez que vamos procesando lo que ya pasó?**

Justo me estoy por tomar un descanso de mi vida por tiempo indefinido. En noviembre me voy a Australia sin planes específicos mas que probar vivir de otra manera y ver que pasa. Es un poco aterrador pero a la vez muy liberador porque sé que pase lo que pase voy a vivir una experiencia tremenda y que posiblemente me cambie para siempre. También me encanta la idea de liberarme del contexto en el que viví siempre y poder jugar a ser una persona distinta. Siento que me va a permitir acercarme a ser lo que quisiera ser pero no me animo.

Siempre tuve ese sueño. Tal vez ese sea mi sueño irreal. Creo igual que es hacer trampa. Hay que animarse a salir a la vida con las herramientas que te tocaron, en el lugar que te tocó, y ver qué hacés con todo eso. Ver cómo podés unir lo que para otros son cosas imposibles de combinar. El "hacer de cuenta" es autoengaño. Y te impide crecer (todo esto es una auto nota mental, obvio).

Siempre pienso que no cambiaria nada de mi vida, ni de mi físico, ni la gente que me rodea. No cambiaria ni tener más plata ni ser la persona más famosa del mundo. Mi vida es perfecta y mucho mejor que lo que soñé, y se que puedo lograr todo lo que quiero. El problema es mi cabeza y cómo proceso todo. Si pudiese cambiar algo sería eso: mi cerebro y la forma de percibir las cosas.

## **¿Qué cosas de vos te gustaría cambiar? ¿Podrías quererte igual si nunca lo lográs? ¿Pensaste en darte un descanso y probar aceptarte así, como estás?**

---

No puedo sostener un deseo por mucho tiempo. Cambiar de persona cada dos por tres es literalmente mi coping mechanism. Es agotador, no recomiendo. Nadie sabe quien soy

Dejar de pensar la productividad como lo único que me va a enriquecer y llevar a cumplir algunos sueños/metás. Últimamente no le estoy dejando lugar al relax y al ocio y me está afectando en forma de estrés y angustia. De a poco lo estoy procesando pero en un mundo tan estimulado donde vemos tantas personas ""triunfando"" es difícil no caer en la comparación. Este newsletter cayó en el momento exacto ❤️

**ay, gracias a las respuestas de más arriba!! me gustaría ser menos pesimista, negativa y miedosa. me gustaría superar esta fase de ansiedad y dependencia de un otro para sentirme más segura en la calle por ejemplo. me gustaría aprender a confiar más en mi y no dejar que mi mente me juegue tantas malas pasadas. a escucharme mejor y darme más cuenta de qué necesito y qué no para no colapsar o generar síntomas, y ser una versión más honesta. me gustaría también sentir que hago algo que me puede dar las 3 p: plata, prestigio y placer. o al menos dos!**

pero si no lo logro creo que puedo aceptarme así. me abrazo y bajo mil cambios y me agradezco por existir en este planeta tan intenso!!

Me encantó lo de las 3 P! Lo agrego a mi lista de cosas que me gustaría cambiar.

Yendo a la pregunta puntual, me gustaría dejar de ser negativa, ansiosa, insatisfecha.

Espero poder bajar el tenor de esas 3 cosas y ahí si quererme igual. Básicamente porque esas 3 cosas son totalmente tóxicas.

Podría darme un descanso y tal vez eso al menos me baje la ansiedad jajaj

Me gustaría poder soltar lo que creo que soy y abrazar lo que realmente soy.

Intentar hacer siempre lo correcto o lo que creo que los demás creen que está bien de mí es un gastadero de energía que me gustaría poder poner en otro lado.

\*\*\*\*\*