

VIAJAR TE PUEDE CAMBIAR LA VIDA

Hola amigos, hoy hablaremos de algunas razones para preparar tus maletas e irte de viaje.

Para muchos viajar es una gran motivación, además se transforma en una fuente de alegría, nos ayuda a reflexionar y también en muchas ocasiones al autodescubrimiento.

En las últimas décadas. La televisión, los periódicos, internet, y medios de comunicación en general, nos han abierto una ventana a otras partes del mundo, mostrándonos lugares únicos y hermosos, que nos llaman la atención, y nos invitan a conocer.

Los beneficios de viajar

Viajar, reduce el estrés y la ansiedad, nos desconectamos de todas las angustias diarias y nos enfocamos en vivir el presente, viajar potencia nuestra capacidad para resolver problemas, ya que salimos de la zona de confort y afrontamos ciertas situaciones y contextos que requieren de una mayor implicación, debiendo tomar decisiones y resolver problemas. Por otra parte aumenta las habilidades comunicativas y sociales, si siempre han querido conocer gente nueva y hacer amistades, debemos tener en cuenta que viajar nos brinda una excelente oportunidad para conectarnos con otras personas, abriendo la mente y ampliando los horizontes, deshaciéndonos de estereotipos y prejuicios “viajar es la mejor cura contra el racismo”.

Al realizar un viaje nos conocemos a nosotros mismos, ya que abandonamos temporalmente nuestra vida diaria, lo que nos puede ayudar a tomar otra perspectiva sobre quiénes somos y qué queremos en la vida, puede hacer, replantearnos muchas cosas, modificando quizás algunas prioridades y proporcionando las herramientas para que podamos cuestionarnos nuestro día a día, y nuestros valores más arraigados.

Estudios revelaron que el sentimiento de felicidad se encuentra en el registro de recuerdos y experiencias relevantes para nosotros, y cuya máxima expresión son los viajes.

Muchas personas aseguran que un viaje les cambió literalmente la vida. Es cierto, en ocasiones los viajes destruyen muchos de nuestros esquemas de pensamiento y nos hacen ver más allá, abriéndonos a nuevos mundos y posibilidades que antes ni siquiera contemplábamos, además viajar puede ayudarnos a recuperar la fe en nosotros mismos e incluso a superar las malas épocas de nuestras vidas.

Viajar y conocer nuevos países y culturas amplía nuestra visión sobre la sociedad. Nos vuelve más respetuosos y flexibles, puesto que aprendemos a valorar las necesidades y pensamientos de las personas que conocemos a lo largo del viaje.

Y ustedes amigos ¿Les gustaría viajar a otros países?