

El amor no juega a los dados

Un puñetazo directo a tus creencias sobre el amor.

Jose Mejuto



El amor no juega a los dados

*Un puñetazo directo a tus
creencias sobre el amor*

José Mejuto

Te doy las gracias por respetar el esfuerzo, el trabajo y la dedicación del autor (aquí presente escribiendo esto) a la hora de exponerse en todo lo que estás leyendo y leerás. Entre todos podemos ayudar a los autores a seguir publicando.

Por favor, compra sólo ediciones autorizadas (en caso de que conozcas a alguna persona que no pueda permitirse alguno de mis libros, dile que me envíe un email y se lo paso gratis), de todas formas, el precio de este libro es bajo (como que es de cero euros) para que cualquier persona pueda acceder a él. No formes parte de la piratería digital, crea mal karma y no querrás convertirte en un escarabajo del futuro.

Todos los derechos están reservados, incluido el derecho de reproducción, total o parcial, en cualquier soporte o forma. Ningún fragmento de este texto puede ser reproducido, transmitido o digitalizado sin la autorización del autor. La distribución de este libro a través de Internet o por cualquier otra vía, sin permiso, es ilegal y será perseguido por la ley o por mi gata, que es más lista que un sabueso.

Copyright Jose Mejuto 2023

Todos los derechos reservados.

El disfraz

Desde tu juventud viste como el amor se disfrazaba. No era lo que tú creías o más bien lo que te dijeron que era. Por lo menos sentías la necesidad de que fuera otra cosa y eso te reconfortaba. No te pudieron engañar del todo. Menos mal.

Lo más probable es que lo prometido, lo que te dijeron que era inevitable, haya muerto ahogado en un mar de sonrisas falsas. Nadie puede decirte y/o prometerte lo que ya sientes.

Querían que vieras algo que no era. Lo bañaron en luces de colores y lo aderezaron con velas aromáticas, pero en tu interior sabías que *algo estaba podrido en Dinamarca*.

Ahora, todo ha cambiado. El paso del tiempo no deja a nadie indiferente y menos a ti, que has visto pasar la vida desde el palco de invitados.

El desfile de disfraces ha terminado.

Deja de aplaudir.

Ahora toca desnudarse y encontrar la verdad.

¡Desnúdate!

¡Tú no eres tú!

Despertar no es nada fácil. *Spiderman* lo tenía claro. Se lo dijo su tío, *un gran poder conlleva una gran responsabilidad*. Tú tienes un gran poder, ¿has aceptado tu responsabilidad?

Amamos sin apetito. Podríamos transmitirlo con algo más de emoción, pero dejamos resbalar con desgana las palabras y los hechos, los pocos que realizamos, incluso nos avergüenzan. Vivimos con miedo a no ser aceptados, a no ser amados... y por eso no lo hacemos. Es la paradoja de la vida que nos inyectan en vena al poco de nacer.

El mundo se adapta para ti. El sistema trabaja para ti. Tu país progresa para ti. Tu ciudad avanza para ti. Tu barrio sonrío para ti. Todos saben que no quieres defraudar a nadie. Por eso te adaptas, trabajas, progresas, avanzas y sonrías.

Tienes derechos (eso dicen por ahí) que no se cumplen. Luchas por conseguir cosas que no te aportan nada como persona. Gritas lo que piensas creyendo que es tuyo. Puede que hayas perdido el tiempo aunque no se puede perder lo que no existe.

Por suerte todavía vives en la frontera con Matrix. Aún puedes elegir, aquí y ahora, aunque hacerlo, ya lo sabes, conlleva una gran responsabilidad.

Acéptalo, tú no eres tú. Si lo fueras, no te necesitarían.

Te echan de menos.

¿Puedo hacer una pregunta?

En cualquier reunión de amigos, familia, trabajo... preguntas por el amor y la mayoría se sorprende. El silencio es una herramienta de destrucción masiva en beneficio de la indiferencia. Hablar por hablar no aporta nada, pero es más saludable. Sobre el amor mejor no aportar.

El miedo no es nuestro enemigo, tampoco es un buen amigo. Algo en nuestro interior quiere salir pero la vergüenza es más fuerte. No está bien visto. Ten cabeza, no digas que amas, se reirán.

¿Por qué nos quedamos en silencio?

¿Por qué no podemos decir lo que sentimos?

¿Por qué lo que sentimos nos hace parecer inferiores o débiles?

¿Qué nos han echado en la comida que no podemos digerirlo?

¿Cómo es posible que intentes negar lo que está ocurriendo?

¡Está ocurriendo!

El amor no es de los demás, es tuyo. Lo que sientes es tu motor. Puede parecer que corresponde a otra persona pero no; es de tu propiedad. La otra persona tiene el suyo bien oculto para que tú no lo veas. Nos gusta jugar a esconder cosas. Lo mejor es que tus emociones no sientan la luz del sol en el rostro. Para qué correr riesgos. ¡Ocúltalas!

No importa el tipo de reunión a la que asistas. Todo el mundo siente amor, tristeza, pasión, alegría, miedo, paz... Solo tienes que preguntar. Para eso hay que ser valiente. Tú lo eres cuando eres tú. Mientras sigas siendo la persona que han moldeado otros no preguntarás.

¡Ahora puedes preguntar!

Revoluciona el mundo con tu luz. Enseña lo que es amar de verdad, desde el corazón. Muestra a los demás quién eres y dales el gusto de vivir felices a tu lado.

Ama, pero sobretodo vive amando.

No te quedes esperando a la vida porque ella te atropellará. El amor es un camión gigante en movimiento. Súbete o morirás aplastado en el asfalto.

Haz la pregunta correcta y obtendrás la única respuesta posible; Tú eres quien conduce.

La mentira

Todo es mentira. Nos pintamos la cara, nos cortamos el pelo y nos vestimos para aparentar quien no somos. Es la gran estafa del mundo. Te han engañado para que engañes a otros. Querías darle emoción a tu vida jugando a la ruleta rusa y te han dejado abandonado en el parque de atracciones.

Buscas la verdad en la tienda de disfraces.

Quieres ver qué pasa en tu corazón. Anhelas un amor de verdad, sincero y único. No sabes lo que es el amor. Si lo supieras no estarías como estás. Te has tragado la mentira y aún no has hecho la digestión. Sufres porque es mentira tu sufrimiento y no lo sabes.

No es cuestión de aprendizaje ni de experiencia. Es consciencia lo que necesita el mundo. Tú puedes traerla y repartirla.

¿Quieres ayudar o sólo estás de paso?

Lo que estás leyendo también es mentira. Este libro es la constatación de que la verdad no puede leerse. Se siente. ¿La sientes? ¿La has notado latiendo en tu pecho? Esa es tu verdad.

Nos mienten para que no suframos lo que ya estamos sufriendo. En el camino hasta aquí seguro que te han contado muchas verdades. No podrás desmontar sus mentiras si no crees sus verdades. Solo puedes cambiar algo que sabes que existe. Sus verdades, tus verdades, existen.

¡Ahora cambia la verdad!

Su amor es una gran mentira.

¿Tengo que creerte?

Haces bien al no creerme. Vive según tus reglas. Nadie debe marcarte el ritmo; ni yo ni este libro.

¡Nadie!

Escucha, observa y siente.

¡Sé tú!

No dejes de creerme ni me creas por lo que digo.

¡Sé tú!

Eres la única persona que querrá mantenerte con vida el mayor tiempo posible. Recuerda que alguien ha deseado tu muerte alguna vez. No te sorprendas, apostaría a que tú, en algún momento de tu vida, también le has deseado lo mismo a una o varias personas.

Olvídate del mundo.

Vive contigo y tus ganas de vivir.

Eres tú cuando dejas de serlo. El mar es mar por el hecho de existir no por la etiqueta que le hemos colgado. Seguiría existiendo aunque cambiemos la etiqueta.

Te dirán, quizá susurrando, que eres la séptima maravilla del mundo. Te gritarán, seguro que lo gritarán, que no vales nada. En el medio de esos dos extremos estás tú con la sonrisa triste de los domingos perdidos. Tanto si crees en una cosa como en otra: acertarás.

Eres lo que piensas que eres.

No creas a nadie que no seas tú.

¡Qué sofá más cómodo!

Perdona, ¿llevas rato esperando?

Toda mi vida.

El sofá es más adictivo que la cocaína. La zona de confort es adictiva. En ella vivimos muy relajados. Al principio de nuestra vida, cuando dicen que no tenemos sentido (mentira, mentira, mentira), no existe la zona de confort. Vivimos en otro espacio y no dejamos de buscar la única verdad real de las emociones a flor de piel. Queremos *ser*, antes que *estar*. Al crecer, nuestros cerebros convierten en gelatina las ganas de verdad. Construimos un nido gigante donde vivir en paz y nos tumbamos a invernar en pleno agosto.

Sigues esperando el amor. Él no espera por nadie porque no necesita a nadie. Tú tampoco necesitas a nadie, ni tan siquiera al amor. Créeme, o no. Mejor vívelo. Eres amor.

Cuando quieras harás magia. Crearás un mundo donde tú serás el mismo mundo. Brillarás con tanta fuerza que te convertirás en el sol de tu propia vida. Darás luz a otras personas y te lo agradecerán con su existencia.

Regala luz si quieres luz.

Regala amor si quieres amor.

Los errores nos enseñan a vivir en este mundo de infinita dualidad.

Conformarse no es un error, es una temeridad.

Te has adaptado a una forma de caminar por la vida donde no sentir se premia con tristes y fríos aplausos. ¿Ése es el premio al que aspiras? ¿Quieres rodearte de millones de personas y sentir a la soledad apoyada en tu espalda?

¡Corre!

Sal de esa zona donde todo es más sencillo.

Busca la verdad y abraza la magia de crear un mundo nuevo. Amplía tu zona de confort para que abarque más kilómetros de los que puedas recorrer. Túmbate a dormir en donde la seguridad sea cómoda y al mismo tiempo no exista. Invéntate.

Pierde el sentido de la línea recta. Conoce las curvas y sus malditos mareos. Reconoce que te has *salido de madre* y que necesitas parar. Eso querrá decir que vas por el camino correcto, curvas incluidas. Experimentar el dolor emocional de poder equivocarse es sentir la vida latiendo entre las manos.

El amor no duerme junto a una moneda perdida.

¡Salta del sofá!

El amor no duerme

El amor está donde tiene que estar. Te gustaría que durmiera a tu lado, en el sofá, pero a él no le gusta la zona de confort. La calma no es buena. La paz interior está bien pero el botón de “stand-by” no debe estar pulsado.

¡Muévete!

Cuando te paras el mundo se para. En el momento que das un paso ocurre algo aunque no sepas qué. La física cuántica nos lo ha contado de mil formas distintas. Todo está conectado de alguna manera.

Vivimos en un *todo*, donde *todo* está unido a *todo*.

Te puede sonar extraño e incluso fantasmagórico pero es la *no realidad* que vivimos.

Conquista un nuevo territorio. Lucha por él. Derrama energía y pasión en pos de la victoria. Disfruta de la zona de seguridad conquistada. Lo que ha ocurrido por el camino y lo que acontecerá a partir de ahora será nuevo y estimulante. Establece conexiones con las nuevas personas de tu vida. Muévete sin saber para qué.

¡Vive!

El amor no se detiene nunca. Es un continuo movimiento, hacia ninguna parte, sin principio ni fin. *Es* por el simple hecho de ser.

Alcanzarlo te obligará a moverte.

Acompaña el movimiento.

El miedo te quiere

Es hermoso en su esencia.

Es eterno en nuestra creencia.

En ocasiones te paraliza, en otras te empuja.

Tu amor no es real porque cambia.

Nuestro amor es lo que es para que sepamos lo que somos.

Tú decides que tipo de amor entregar y a quién.

La ausencia de miedo es amor.

El amor nos da miedo pero no es el miedo.

Las dos emociones principales son el amor y el miedo, el resto derivan de ellas. El amor y el miedo son totalmente opuestos y no pueden existir en el mismo espacio/tiempo.

Permíteme que lo repita para asentarlo:

El amor nos da miedo, pero no es el miedo.

Cuando amas de verdad, el miedo muere de inanición.

Estrategia

Puedes organizarte de la manera que quieras. En una hoja de Excel puedes trabajar tus estrategias amorosas. Nadie te va a decir que eso está mal. Organizarse es algo que nos enseñan de pequeños. Vivimos en un tiempo lineal por eso marcamos objetivos en el futuro. De ahí que tengamos metas a corto, medio y largo plazo. Nos motiva. Nos da tranquilidad y seguridad.

El amor te puede destroza el Excel en un segundo.

Toda estrategia, plan o lo que hayas pensado, puede explotar en mil pedazos. No te fíes de un hoja de cálculo.

Comprométete con el amor.

Vuelca todas tus acciones y disposiciones en función del amor.

Cuando sueltas tu organización, un ente invisible te lee la mente y el corazón, no necesitas nada más.

Cambia por dentro y el exterior cambiará, esa es la única estrategia.

Lees libros, ves videos, escuchas consejos... todo el mundo sabe cómo dejar de sufrir o cómo disfrutar del amor. Da igual. Es lo mismo o parecido. Tú sigues por aquí, luego te desvías a la derecha y en la tercera rotonda ya has dejado el dolor a un lado o amas con pasión. Dos extremos del mismo palo.

No existe un único camino para encontrar el amor.

No existe un único camino para dejar de sufrir por amor.

Es en el acto donde está la solución.

Conoces a parejas que disfrutan de una vida feliz. Conoces a parejas que viven una amargura de vida por culpa del amor. No sabes qué les diferencia porque en el fondo su dolor o amor está en su interior. No puedes verlo y mucho menos vivirlo. Aún así te piden consejo. Dudas. Cuando lo das te sientes en deuda y luego lo pides tú. Dudan. Repetimos el círculo y nos convertimos en un grupo de ciegos ayudándose a cruzar la calle.

Lo curioso es que no importan el estatus social, la educación, el tamaño, la nacionalidad... todos sufrimos en alguna ocasión la rotura de una estrategia. Aún así no aprendemos e intentamos crear una nueva al encontrarnos con otra oportunidad.

Menos Excel y más mostrarse sin miedo.

La estrategia que creas que va a funcionar es mentira. Está creada en tu mundo mental para manipular el mundo exterior. No va a funcionar. Imaginas y llevas a cabo ideas que no puedes solidificar sin equivocarte. ¿Cuántas veces te ha reventado la estrategia en la cara?

Esto ha funcionado. Sí, puede que alguna creas que ha funcionado en el mundo exterior. Donde todo es mentira, donde vemos lo que queremos ver con unos ojos que no ven correctamente. Es en el interior donde las ideas deben funcionar. Cambiar creencias y emociones es un trabajo interior. Es de valientes coger una pala y comenzar a sacar la porquería que llevamos dentro. Es de valientes romper la estrategia externa y trabajar nuestro interior para que nuestra vida mejore.

Eres valiente si vives tu interior.

¿Cuántas personas valientes conoces?

La guerra

Ser valiente no es fácil.

Ser valiente puede ser un error.

Ser valiente, en muchas ocasiones, no se recompensa.

Casi nunca te dan un diploma por ser valiente, te darán una medalla si matas a alguien, pero eso no es ser valiente. Salvar vidas es de valientes, pero ese tipo de personas prefieren llevar el premio en su interior. Lo externo, la medalla o el diploma, lo dejan para las que viven fuera de si mismas.

No vives en guerra, entonces, para qué ser valiente.

Estás en tu derecho de elegir cómo comportarte. Deja la valentía para otras personas. Tú vive como siempre y no te internes en el oscuro bosque. Allí no hay nada para ti, o sí. No lo sabes. Mejor no lo averigües. Quédate en el sofá a ver si, por fin, encuentras la maldita moneda perdida.

Crees que no puedes perder la guerra si no participas.

Es triste pero ya estás en ella aunque no oigas los cañonazos.

Cuando hablas con alguien, colaboras, creas, trabajas, disfrutas, conectas, confías, huyes... estás en guerra. Tienes que ser valiente para mostrar tus heridas y unirte a los demás con el corazón.

Tómate la vida como algo personal.

Tu vida no es el resultado aleatorio de decisiones tomadas por otras personas. Es un viaje en el que debes poner tu alma y tu corazón. Es una guerra donde sólo tú puedes salvarte y vivir o esconderte y morir lentamente.

Es tu guerra.

Las guerras no son una broma.

Tu vida no es un chiste mal contado.

¿Quién eres?

Quizá no sepas la respuesta.

Lo que está claro es que las personas enamoradas de la vida son muy aburridas. Tú eres normal. Las personas sin sentido común aman todo lo que se mueve. Algunas incluso van más allá y abrazan árboles. ¡Qué locura! Aunque quizá el amor es lo que les provoca la falta de sentido. Vete tú a saber.

Las personas que ponen el amor por delante de todo pierden la condición de personas. Viven sin pensar, hablan lo justo, escuchan su interior, sonrían sin motivo, te miran directamente a los ojos... Provocan, provocan todo el rato. No son de fiar.

Menos mal que el mundo los pone en su sitio.

Menos mal que los sensatos no dejan de recordarnos el camino.

Menos mal que estás del lado correcto.

Menos mal que no son muchas y no levantan la voz.

Menos mal que su amabilidad se extinguirá con ellas.

Menos mal que sabemos lo que tenemos que hacer.

Cuando haces lo correcto el mundo te recompensa.

Cuando eres una persona íntegra no pierdes el tiempo con plantas, animales y mucho menos con personas que no aportan nada.

Cuando dudas y no sabes quién eres, el mundo te lo grita.

Cuando sabes seguir el camino que te marcan, sobra todo lo demás.

Cuando piensas no te equivocas nunca.

Cuando te equivocas, es culpa de otros. Tú analizas todo muy bien.

Cuando no sabes qué decir hablas igualmente.

Cuando crees que la vida es injusta busca un culpable, es imposible que seas tú.

El ataque viene de afuera. Otra persona ha diseñado en su tiempo libre una circunstancia mal intencionada para fastidiarte. ¡Maldita sea! ¡Maldita circunstancia!

Cuando tienes todo claro no hay nada que discutir, es así y punto.

Cuando sabes quien eres los demás tienen la obligación de adaptarse.

...

Las mentiras que nos contamos son las peores. Viajan hasta el fondo de nuestras creencias y viven en la oscura humedad de nuestro inconsciente. Allí duermen tranquilas mientras las defendemos con pasión. Da igual lo que creas que eres, bueno o malo, estarás en lo cierto. Define quién quieres ser antes de ponerte a defender algo que no eres tú.

Piensa, quién piensa por ti.

¿Cuánto vales?

Das por hecho que eres espectacular.

Das por hecho que eres un desastre.

Te lo han confirmado las miradas que casi te rozan por la calle, los susurros que no sabías que hablaban de ti, los sentimientos que cogiste prestados...

Tu valor, tu precio, lo que puedes llegar a importar, es calculado en una oficina de contabilidad emocional por personas que no eres tú. Les has dado ese poder y por lo tanto lo sufres. ¿Cómo es posible sufrir al dar un regalo?

Te tratan como mercancía a punto de caducar.

Vives en un centro comercial junto a las lámparas de bombillas fundidas.

¿Eres la pieza que no falta en ningún puzzle?

Poco y mucho son sólo palabras. El valor no se puede medir. Te han manipulado con palabras de escasez. En otras ocasiones te han adulado tanto que casi te atragantas con tus propias babas. Si tu valor lo mides por lo que otras personas dicen que vales, no vales nada.

Tu actitud te define.

Tu forma de vivir te coloca una pegatina invisible.

Tu manera de sonreír aporta valor.

Sobran cosas que comprar y faltan personas.

Creemos que podemos etiquetar todo y darle un precio. Vamos por la vida cargados de bolsas llenas de desgana. Sobran vendedores de humo y falta aire para respirar. Te hacen creer en la escasez. Juegan con tu miedo y en función a eso te valoran. Te ponen un precio, alto o bajo, según su criterio.

Si te asustas de tus emociones pierdes.

En el lago no hay más peces que los que el lago tiene.

Confiar y conectar contigo te dará un valor incalculable.

El precio lo podrán ver en tu calculadora.

¡Abrázate con fuerza!

No te han enseñado a contar emociones, pero puedes aprender.

¿No sabes cómo pintar nubes azules en tu cielo gris? ¡Haciéndolo!

Puedes romper las reglas y amarte.

Vivir dibujando mañanas te recompensará las noches.

Tu vida no es un valor bursátil bailando al ritmo de oscuros intereses.

Escasez

Tienes hambre. Te falta amor. Necesitas comer algo. Abres la puerta de la nevera y el espacio vacío es más grande que tu aburrimiento. Por suerte el amor no viene hoy a comer. Quieres cambiar de vida pero sigues teniendo hambre.

No puedes amar si vives en la escasez emocional.

No puedes amar si tienes hambre.

Tienes un montón de cosas y sigues buscando espacio para el amor. Lo añoras y limpias un rinconcito de tu corazón. Tienes esperanza. Esperas. Lo que más abunda en tu casa, llena hasta arriba de cachivaches, es la escasez. La misma que te golpea todos los días para recordarte que tienes hambre.

Esperas.

En la escasez encuentras las ganas muertas para moverte.

Trabajar tu interior te parece cansado. Lo dejas siempre para después, ahora quieres descansar. Pides una vida fácil pero el amor no llega. No llegará. No encontrará el hueco vacío en tu corazón. No podrá verlo.

Cuando vives en la escasez todo es escaso.

La escasez está basada en la falta de esfuerzo interior. Crees que nada te aporta nada y nada es lo que te aportan tus creencias.

La lectura de este libro no es el libro. El final de la carrera no es la carrera. El trofeo que levantas no es el partido. Tu último ascenso no es tu trabajo. Tu boda no es el amor. Distinguir el camino del final del trayecto es importante. Es imprescindible ser consciente de que la escasez no tiene nada que ver con el amor. En caso contrario, tu escasez se comerá el amor que necesitas para vivir.

No tienes fuerzas. Físicamente no puedes más. No quieres (porque no puedes) pensar. Evitas enfrentarte a tu dolor. Crees que tu escasez es ajena a ti. Alguien la ha instalado en tu casa mientras dormías. No te quieren.

Crea algo distinto cada día; una sonrisa, una conversación...

Llena el vacío de tu casa, hasta arriba de estorbos, de intenciones.

Construye desde la abundancia mental.

Cambia tu forma de mirar el mundo.

Sobra amor cuando lo regalas.

El amor llega cuando eres amor.

Eres un ser escaso y valioso, no necesitas *cachivaches* que ocupen los huecos vacíos de tu existencia. El mundo necesita personas que transmitan abundancia. El mundo es ilimitado y ama lo infinito.

Tú eres el ser que el mundo ama.

Puedes y debes entregarte a los demás en función a la abundancia. Es en ese espacio de plenitud donde el amor germina. Desde ese lugar parte, transcurre y llega el amor. Crea abundancia emocional y nada podrá pararte.

Eres abundante.
¡Muévete!

Un poco de fuego

Las personas necesitan a las personas. Somos, como decía el gran Eduardo Galeano, un mar de *fueguitos*. Vivimos unidos por nuestra esencia. Necesitas fuego para solidificar un mundo de barro. ¿De qué material es tu mundo?

Es raro lo que hace, dice o piensa

En las comparaciones surgen las rarezas. Marcamos una tabla con unas muescas y ya podemos medir todo. Incluso la temperatura, el peso y la importancia del amor.

No me quieres tanto como...

Deja de quererme tanto porque...

Sólo nos percatamos de que no podemos medir el amor cuando se cruza un *fueguito* en nuestra vida.

Pierdes el raciocinio.

Eres incapaz de pensar, sólo sientes.

Te ha contagiado y disfrutas del calor.

Eres fuego.

Todos vivimos en este mundo pero pocos lo disfrutan. Cualquier persona puede descubrir la belleza, pero quién la ve. La sociedad esconde la belleza. La guarda por si tiene necesidad de venderla. Lo hace de vez en cuando y solo a las personas que les interesan.

¿Cuál es la última falsa belleza que te han vendido?

La belleza no nos pertenece.

La visión del fuego en los ojos de otra persona alimenta tu alma.

El fuego no quema cuando tú eres fuego.

¿Eres lo que quieres ser?

Puedes hacer lo que quieras con las llamas de colores. El fuego duerme y despierta al amanecer. Tú decides, en ti está el poder, alimentarlo con belleza o dejarlo morir en una fría esquina. Hay quién le da de comer tres, cuatro o incluso cinco veces al día, pero también existen personas que lo alimentan cada segundo de su vida.

Tú eliges.

Necesitas fuego en tu interior. Conviértete en un *fueguito* e ilumina las vidas de las personas que te rodean.

Crea belleza.

Conecta con otros *fueguitos*. Por favor, juntos quemad el bosque de mediocridad en el que vivimos.

Salva el mundo.

¡Sálvanos!

La televisión no te quiere

Los rayos catódicos no emiten amor.

Nos dicen que sí pero no. El amor no es lo que sale por las pantallas planas que inundan nuestras casas. Lo sabes bien. Hay profundos silencios que te lo confirman. En ese espacio donde cesa el ruido de la *luminosa gramola*, te das cuenta de lo cansado que es masticar vidas ajenas.

Creas que te distrae.

Creas que te relaja.

Quieres evadirte de tu triste realidad.

Creas que desconectas cuando conectas.

Te drogas para no drogarte.

En el fondo sabes que te seduce de una manera subliminal y te domina. Hace contigo lo que quiere. Te muestran un falso amor y te lo crees porque es más fácil. Dejas que la droga lumínica recorra tus venas. No quieres pensar.

Puedes decidir, pero no lo haces por cobardía.

Maldita costumbre.

Te ha enseñado que el amor es dolor y sacrificio.

El amor es como te dicen que es, no te dejan pensar. No quieren que pienses o sientas.

No se puede vender una mentira a quien siente la verdad.

En el bolsillo guarda el azúcar que te lanza cada quince minutos. Te atonta con sus premios. Te enseña una mano vacía mientras con la otra te roba las ganas de ser tú. Es la malabarista que encandila a las masas. Es el dragón que se come tus sueños para imponer sus ilusiones.

¿Dónde has escondido tus decisiones?

La luz de la pantalla inunda la habitación. Sombras grotescas bailan en las paredes. No respiras. No parpadeas. El suero catódico que te han vendido recorre de nuevo tus venas. Vives en una celda plana medida en pulgada. No cierras los ojos. ¡Mejor así!

No dejes de mirarme. ¡Abre los ojos!

Mis mentiras son tu verdad.

Yo alimento tu cerebro con ideas al por mayor.

Pienso a granel para la mente débil.

...

¿En qué momento has perdido la esperanza?

¿Dónde se han quedado tus sueños?

¿Qué quieres que sea tu vida?

Sólo hay una manera

En el colegio te han enseñado que solo hay un camino para ser buena persona, obedecer. En las revistas te explican que solo hay una manera eficiente de ordenar un armario, haciéndoles caso. Solo hay una manera de declarar tu amor, un método correcto de aparcar, un procedimiento estandarizado de escribir una obra de teatro, un sistema para caerle bien a alguien o que te odie de por vida (según lo que quieras conseguir), un proceso correcto para que la tortilla de patatas le guste a todo el mundo, un sistema que garantiza no salirse del cuadrante, un tipo de personalidad numerado, un método específico de pintar un cuadro abstracto, un proceso estandarizado de vivir...

¿Escribir el libro de instrucciones no es una instrucción del libro?

¿Quién decide lo que se puede decidir?

El orden del caos, ¿no es un caos ordenado?

Cuando decides amar no buscas un manual. Si existiera tampoco te serviría. Las recetas no se acercan, ni por asomo, a los sabores de sus platos. Crees que hay una forma correcta de sentir porque alguien te lo ha dicho. No sentir también es una posibilidad. Lo que sientes o no, es de tu propiedad.

Quieren tu atención.

Buscan que asientas para sentir la tranquilidad que no encuentran.

Necesitan que los escuches, que les prestes toda tu atención.

Mil maneras de amar, a mil personas distintas, les crea un problema.

Aceptar perder el control es inaceptable.

No entenderás nada hasta que lo sientas. Por eso no quieren que sientas sensaciones distintas. Sólo hay una manera de amar y es la estipulada en la normativa número 253RW-Y de un día cualquiera, de un mes extraño, de un año que no recuerda nadie.

No quieren que sientas.

Sentir es peligroso porque nos hace conscientes.

Ser consciente de tus sentimientos te convierte en una persona peligrosa, con criterio, incontrolable...

Eres o no eres normal, todo lo demás sobra. Los filtros de control nos hacen humanos de pro, nos convierten en habitantes de un mundo globalizado y controlado. ¡Qué bien!

Las trillones de formas que puedas tener para vivir tu vida no interesan. Estandarízate. Y si no quieres, por lo menos ten la decencia de morirte y no molestar. Nuestro mundo te lo agradecerá.

¿Oyes los cantos de las sirenas hambrientas de almas?

Decide lo que quieres ser y vive en función a lo que sientas.

No oigas nada que no sea tu corazón.

¡Viva lo tradicional!

Todo lo tradicional es bueno, o no.

¿*Vintage* es sinónimo de bueno?

La nostalgia es una emoción desconocida para los jóvenes. Es complicado venderles algo a través de una emoción que no conocen, que no sienten. Por el contrario, a los que ya han pisado las flores de varias primaveras se le puede vender de todo. Basta que tengan una muesca del paso del tiempo y por ahí entra la nostalgia en marcha triunfal.

Defiende tus raíces, no importa que estén podridas.

Lucha por tu pasado, te obligan a gritar. ¿No saben que nunca ha existido?

Quieren que respires con la cabeza en la espalda. El futuro es peligroso. Te han enseñado a vivir en la tranquilidad de lo que conoces. El recuerdo de tu pasado es lo más parecido al mapa de tu vida. Has caminado por él cientos de veces y repetirás ese paseo cientos o miles de veces más. ¿Vale la pena el camino?

No te salgas del mapa.

No te salgas de la raya.

No te salgas de ti.

El pan como se hacía antes, el amor como era entonces, los vestidos hasta aquí, el colesterol no existía, la sinceridad era importante, las familias sabían quienes eran, los miedos dormían de puertas adentro, las miradas al suelo, los bailes eran bailes, los domingos eran lo mejor...

Rompe el silencio con un suspiro de presente.

Nada ha existido antes de que tú nacieras.

El mundo desaparecerá cuando te vayas.

Partes de cero y mira tú qué curioso... llegarás a la meta con un saco de experiencias.

Tu visión del mundo es cosa tuya. No dejes que dibujen ante tus ojos lo que no te pertenece. Renuncia a beber la arena seca de la tradición. El agua fresca que emana de tu corazón solo conoce un camino, tu vida. Recórrela sin ver hacia los puestos de chatarra que dejas a tu espalda.

Nadie quiere que cambies.

Las opciones han cambiado la forma de ver el mundo. Aún así no quieren que cambies, que no dejes de ver a tu pasado.

El mundo ha vivido una revolución con tu llegada.

Derriba el viejo marco de referencia. Tú eres una referencia. No dejes que te empaqueten, que te pongan un papel de regalo y un gran lazo. No permitas que te almacenen en una esquina de un edificio en ruinas.

Construye un futuro lleno de ideas nuevas.

Las ideas frescas les dan miedo.

¡Rebosa frescura!

Tu turno

El bosque arde porque tiene madera. No disfrutas cuando arde la madera. Nadie debería hacerlo, sobre todo si no está en una chimenea. Cuando desaparecen los árboles de un monte todo cambia. El fuego borra el lienzo verde y deja las tristes y grises cenizas. El espacio deja de ser lo que era para convertirse en un ente carente de vida. Comienza una nueva etapa; dura, llena de sacrificios y esperas. No suena bien. No.

Tú no eres un monte pero puedes arder. Lo necesitas.

Quema tus neuronas y después disfruta de las nuevas vistas.

Planta fuego a tus falsas ideas y convierte lo imposible en posible.

Sin fuego en tu interior nada cobrará vida.

Es tu momento, ama.

Alguien se adelantará. Pondrá tierra por medio y verás su espalda alejarse a la velocidad de la luz.

No te quedes atrás, ama.

Si te dejas convencer por la dulce voz del desánimo morirás.

Lo que ocurrió ayer es mentira. Mañana es una quimera pintada en un barreño de esperanza. No pierdas tu oportunidad.

Es tu turno.

¡Hazlo!

No me lo creo

El amor es para otras personas. Esas que no son tú. Las que saben entregar amor y recibirlo a partes iguales. Tú no sabes. El amor es de quien no tienen ningún problema para encontrarlo, eso sí, en el exterior de un cubo de basura. El interior, el verdadero amor interior, lo tienen lleno de huecos vacíos. Aún así los envidias. Te crees que eres un ser extraño que no encaja en la normalidad. Ves a tus héroes, disfrutar de la vida, desde un rincón escondido de la habitación. Ellos cambian el mundo, piensas. Vuelves a envidiarlos.

La normalidad es un invento anormal.

Los que de un salto tocaron la luna, no pidieron permiso a nadie.

No te creo.

Puedes tocar la luna.

¡Salta!

Duele

Sí, lo sé, duele.

Alégrate, cuando dejes de sentir esa sensación tan desagradable no estarás en este mundo. Otra opción es vacunarse con un muro de hormigón, pero acabará derribándose sobre tus expectativas. Entonces, te dolerá mucho más.

Por suerte, siempre hay alternativas aunque no nos gusten. Puedes tomar decisiones o dejar que tu inconsciente siga escogiendo por ti. Tú decides. Recuerda, aunque no te gusten, las alternativas existen.

Siente el dolor. Es de tu propiedad aunque lo niegues. Reconócelo. Hazlo más tuyo si cabe y se derretirá como un helado en verano.

Ser consciente de tu dolor no es una opción, es una necesidad.

El amor real no duele.

No te mientas, ese dolor no es amor.

Aquí, en este caos de mundo, el dolor y el amor comparten la vida. Es un camino que recorren juntos por nuestra inconsciencia. No se conocían hasta que los obligamos a darse la mano y no soltarse. Y ahora piensas que no vale la pena amar si viene acompañado de dolor. La justicia no es tu fuerte y castigas al amor por los hechos acometidos por el dolor.

Libera al inocente y el culpable desaparecerá de tu vida.

Regalo

Eres un regalo para los demás. No te ocultes. Esconderte es negarse. Arrastras la creencia de que no te merecen, de que no te necesitan. Las personas que nos rodean, incluso las que pensamos que no, son un regalo. ¿Por qué tú no habrías de serlo para ellas?

Lo sé, compartir es arriesgarse.

Si no te arriesgas no compartes.

Al no compartir pierdes.

El enfrentamiento contigo implica una colisión con tus creencias. Dos trenes sin frenos que no quieren, aunque pudieran hacerlo, frenar. Surgirá tu dolor de no sentirte un regalo cuando veas un papel de colores listo para empaquetar. Te niegas a admitir lo que eres para no arriesgarte. El cansancio de la lucha sin sentido hará mella en el interior de tu piel.

Entrégate.

Es la generosidad la que te hace merecer un regalo.

Sólo recibes cuando das.

Es en la entrega donde habita el recibimiento.

Si vives en la oscuridad nadie podrá verte. Brilla y deja que los demás vean tu luz. No te avergüences de lo que eres. Te aceptarán los que tengan que aceptarte. Los demás, será cuestión de tiempo que salten del tren sin frenos. Entonces, podrán ver.

No lo sabes, pero marcas la diferencia.

Eres más importante de lo que crees.

Entre los objetos que comparten tu vida, seguro que existen algunos de gran valor. En su día fueron regalos preciosos o no pero sí, emotivos. Todo regalo es único. Lo convierte en especial el hecho de ser el nexo de unión entre dos personas en un momento muy concreto. Cuando compartes con otra persona le estás haciendo un regalo. No importa si lo que entregas es solo tu tiempo.

Comparte tu sonrisa, tu conversación, tu amor...

Eres un regalo.

¿Quién eres?

Nada más simple de contestar. ¿No? ¿Dudas?

Eres lo que haces, no lo que dices que haces.

Crees que el amor te debe algo y no te paras a pensar qué haces tú por él. Nada te debe, nada le debes. Aún así, si no haces algo por amar no recibirás amor.

¡Ámate!

Te han dicho lo que hacer y te dejas ir. Sabes que así evitarás problemas. Para qué discutir, para qué luchar, para qué amar. Te has creído las mentiras que supura cualquier marca comercial. No te creas nada que no sientas en el corazón. Es el único que no te engañará.

Eres capaz de criticar a otras personas con una habilidad endiablada. Te han educado muy bien. Llevas en la boca un revolver que se alimenta de balas de mala leche. Tienes la capacidad de hundir a cualquiera en el barro por su equivocación. No es culpa tuya. Es evidente su error.

Las personas valientes hacen lo que tienen que hacer, mientras las demás observan y critican. Tú decides quién quieres ser.

Puedes contratar a alguien para que te corrija cuando te equivoques en la vida, en el amor... es sencillo seguir consejos. Es incluso menos doloroso que asumir nuestra responsabilidad.

¿Por qué no hacer lo que otras personas nos dicen?

Otras personas no son tú.

Tomar la decisión de hacer algo no se puede comprar.

Tomar las riendas de tu vida no se puede alquilar.

Eres mucho más que un simple saco de consejos ajenos.

Eres la persona que diseña tu vida.

Cuando escuches a tu corazón descubrirás quien eres. Tus actos te lo irán indicando. En ese momento le regalarás a la vida algo único, tú. No te dejes arrastrar por lo que dicen. Rara vez encontrarás a alguien que te grite para darte ánimos. A los demás les gusta que corrijas el mundo y encuentres los errores. Les gusta el castigo, algo que no existe más que en su cabeza. Les dan miedo las personas que diseñan su vida porque ellas no quieren enfrentarse al miedo que las tiene paralizadas. No lo soportan. Tú no eres así.

Tú eres una persona que puede y debe crear su vida.

¡Diseña tu manera de vivir!

¡Diseña tu felicidad!

¡Diseña tu amor!

¡Diseña!

Busca en la basura

Te voy a contar un cuento.

Erase una vez... un hombre llamado Fabio Chávez. En el 2006 llega a una de las zonas más pobres de Asunción, Bañado Sur, en Paraguay. Allí conoce el vertedero de Cateura. Un lugar como otros muchos donde los desperdicios y la basura se come todo el espacio disponible. En él, los niños juegan y cómo no, algunos trabajan para poder sobrevivir. Ellos y sus familias revuelven la basura, que otros despreciaron, para encontrar el alimento del día. Un poco de metal que vender, una silla vieja para reparar, un utensilio de cocina poco abollado, algo de ropa... Desperdicios y más desperdicios que muestran y hablan más de nosotros que nosotros mismos. La vergüenza personificada en el interior de una bolsa de plástico.

La gran mayoría de los niños se pasan el día conviviendo con la basura, las ratas y otros animales, no tiene acceso a una educación y se encuentran en riesgo de exclusión social.

Fabio Chávez, decide entonces devolver a esos niños su infancia. Una empresa nada despreciable y para algunas personas tan complicada de realizar que en su momento la tildaron de locura.

Los héroes y las heroínas no llevan etiquetas. No las necesitan. Solo hacen lo que deben hacer y sus actos hablan por ellos.

Fabio comenzó a impartir clases de música a los niños. Como no tenían instrumentos los construyeron. ¿Ellos mismos? Pues sí. Con la basura del vertedero; latas, cuerdas, cucharas, tapas de todo tipo, cables, contenedores de plástico... y mucha imaginación.

La Orquesta de Instrumentos Reciclados de Cateura ya es un hecho. Su mayor objetivo es desarrollar un proceso de formación, especialmente a los más pequeños y jóvenes que viven en condiciones de precariedad y vulnerabilidad. Utilizan la música como elemento motivador y de promoción para que vivan experiencias que les ayuden a aprender, a permanecer en la escuela, a desarrollar su creatividad y a tener acceso a oportunidades que mejoren su presente y su futuro.

En su web (www.recycledorchestracateura.com) puedes ver cómo construyen los instrumentos, su calendario de actuaciones e incluso saber un poco más del proyecto de un soñador que no tuvo miedo a creer que podía cambiar el mundo.

*“El mundo nos envía basura,
nosotros le devolvemos música”*

Fabio Chávez

¿Cuál es tu vertedero de basura?

¿Dónde está?

¿Qué puedes devolverle al mundo?

¿Cuál es tu sueño?

¿Qué estás haciendo por él?

Tú también puedes mejorar la vida de otras personas.

El mundo necesita tu talento.

¡Regala arte!

¿Por qué lloras?

¡Vivimos en un mundo terrible!

Esperé quince minutos por el postre en un hotel de cinco estrellas.

En el supermercado no tienen leche de almendra con chocolate.

Quiero cambiar de portátil pero no fabrican el que me gusta.

Con autobuses cada media hora, tendría que esperar diez minutos.

No puedo comer si no tengo postre.

Facebook va muy lento.

Necesito otro armario.

Mi compañía telefónica me dejó tres horas sin conexión a Internet.

El aparcamiento más próximo está a doscientos metros.

La temperatura del agua de la piscina no es la correcta.

No funciona el aire acondicionado del coche.

Este disco duro tiene poca capacidad, a la mierda las fotos del viaje.

Demasiada gente en la playa.

La comida del hospital es muy mala.

Este año solo tengo quince días de vacaciones.

El gimnasio es demasiado grande.

Me ha servido el café con desgana.

La batería del móvil no aguanta un día.

No tengo tiempo para leer.

Mi trabajo es una mierda.

Nunca encuentro un bolígrafo que escriba.

No echan nada bueno en la tele.

Madrugar es lo peor de esta vida.

...

Lo más gracioso (o lo más triste) es que todas estas frases son reales. Incluso alguna de ellas ha salido de tu boca en algún momento. Será cuestión de observar, desde otro lugar y con otra perspectiva, el mundo en el que vivimos. Quizá ahí encontremos la falta de amor por nuestra propia vida.

Ama tu vida.

Robots

En el banco no quieren tu sonrisa, les basta con tu dinero.

Desengáñate, nadie que trabaje en un banco te conoce de verdad. Por mucho que te digan que quieren lo mejor para ti, en el fondo no les interesas. Si no vas por sus instalaciones les haces un favor. Ocurre lo mismo en supermercados, cafeterías, centros comerciales, tiendas de electrodomésticos, etcétera, etcétera, etcétera... No te queremos a ti pero sí tu dinero.

La sociedad mercantil necesita robots para respirar todos los días.

Han eliminado el sonido de la campanilla, al abrir el cajón de la caja registradora, porque era muy evidente.

La persona que te sirve el bocadillo no tiene nada contra ti. La que te muestra donde están los probadores de ropa, en realidad, no te odia, aunque lo parezca. La que te limpia el coche, solo quiere volver a casa. La falsa sonrisa de la persona que te hace el seguro del coche no es casual. Fue entrenada en un curso de diez horas, aún así es por ti.

Y no pasa nada.

Hemos sistematizado, automatizado, esterilizado... tanto los trabajos que una palabra amable la confundimos con mala educación.

Y no pasa nada.

Nos han convertido en algo que no somos.

Nos han extirpado la humanidad a golpe de talonario.

Nos han dado razones para odiar lo que hacemos.

Nos han hecho creer que lo mejor está por venir.

Nos han maltratado los oídos con falsas verdades.

Han eliminado la "humanidad" de los puestos de trabajo en pos de la (su) "calidad". La que trae menos gastos de personal y más beneficios. La misma que nos hace sonreír cuando en la tele nos cuentan el cuento de los cinco mil millones de beneficios de tal o cual empresa.

¡Aplaudamos!

¡Seamos felices!

¡Nos aman!

¡Nos necesitan!

¡Lo hacen por nuestro bien!

¡Lo hacen por nosotros!

¡Lo hacen por ti!

¿Qué ocurriría si te quitases la batería y sonrieras sin miedo?

¿Qué puedes hacer para recuperar tu vida?

¿Qué pasará cuando, viviendo en el sistema, dejes de ser un robot?

¿Puedes trabajar en un banco, en un supermercado, en una tienda de ropa, en una compañía de seguros, en un taller mecánico, en una pastelería, en un bar, en una librería... sin parecer un robot?

Tienes tan grabado en tu interior “*accionar el On todas las mañanas*”,
que no arrancar el sistema te parece una herejía.

¿Eres un robot?

No te conectes.

Trabajar no significa odiar.

Recupera tu humanidad.

Recupera tu amor.

Recupera tu vida.

Tu puntuación

¿Cuántos puntos tienes? No pregunto por los del carné de conducir ni por las posibles suturas que adornen tu cuerpo. Pregunto por tu vida. Al parecer la vida es un juego, así que... quién gana sino el que tiene más puntos. ¿Vas ganando? ¿Qué premio esperas recibir?

Te tomas a risa los pensamientos de los demás que no concuerdan con los tuyos, 10 puntos.

Lloras cuando ves una desgracia en la tele, 25 puntos.

Tu vecino pasa hambre y no lo sabes, 3 puntos.

En el trabajo te comportas con los compañeros con mano dura, los resultados y la calidad es lo primero, 12 puntos.

Has dado unas monedas a un indigente, 40 puntos.

No conoces los sueños de tus hijos, 5 puntos.

Acompañaste a un amigo en el entierro de su abuela, 15 puntos.

Saludas en el ascensor, 7 puntos.

Cuidas tu cuerpo, 11 puntos.

Te preocupas por la integridad moral de la sociedad, 17 puntos.

La última vez que discutiste fue hace tres meses, 6 puntos.

Puedes seguir con los cálculos... Quizá alcances el primer puesto cuando menos te lo esperes. Sería fantástico que el premio fuera un poco de honestidad para vivir tu vida.

Calculamos, valoramos, medimos, puntuamos... lo necesitamos para tener una ligera sensación de bienestar. Eres una buena persona. Tu puntuación lo demuestra, ¿no?

El valor de todo es nada.

La nada está en tu cabeza, sentada junto al todo.

Le das valor o no, según tu conveniencia.

Cuando algo vale mucho, su contrario muere lentamente.

Comparamos para sentir el placer insano de la valoración.

Esto vale, esto no, esto puntúa, esto no, esto es bueno, esto no...

¿Quién te entrega el ticket con los puntos?

Si valoras en función a una lista imaginaria, tus decisiones estarán condicionadas por un fin irreal.

El verdadero compromiso es tu felicidad. La necesidad de puntuar es una fantasía. El miedo a que te puntúen es una invención tuya. Los puntos que crees tener se han caído de tus bolsillos hace tiempo.

Toma la decisión de ser tú en cualquier circunstancia.

Comprométete con tu paz emocional.

En cada encrucijada que surja en tu vida, busca la paz interior, cualquier otro resultado que intentes obtener será una quimera.

Es en la paz donde está la vida.

Es en la vida en paz donde está la felicidad.

La felicidad es una decisión consciente.

Es un poco difícil

Si la primera vez que haces algo te sale bien, no lo dudes, es suerte. Seguro que te suena la expresión, incluso la habrás dicho en voz alta más de una vez: “La suerte del principiante”. ¿Cuántas frases como esa tendremos grabadas en nuestra cabeza?

Todo es fácil o difícil, según tus pensamientos.

Cuando pones un “poco” o un “mucho” ya matizas los grises de la dificultad. Es fantástico. Ahí te conviertes en el pincel que pone y quita color al paisaje de tu vida.

¿Cómo amar cuando creemos que es difícil o incluso imposible?

El amor es todo lo que tú quieres que sea. Si crees que es un estorbo para tu vida, te estorbará. Si crees que es lo mejor que te ha pasado, será maravilloso. Si crees que es difícil encontrar el amor, será difícil que lo encuentres porque tu predisposición determinará el resultado.

Llena de color tu vida interior y tu exterior se convertirá en un hermoso amanecer.

Muchas personas no creen que puedan diseñar su vida, otras simplemente disfrutan de ella y un tercer grupo ni es consciente de lo que está viviendo. ¿En dónde estás tú?

La dificultad para amar surge de tu interior. Ahí es donde cocinas la mayoría de tus pensamientos que, espolvoreados con creencias limitantes y miedos, solo pueden dar lugar a frenos internos que no te permiten avanzar.

Tienes que tomar una decisión.

Cambia tu vocabulario.

Borra la palabra difícil de tu vida y todo dejará de serlo.

Nada es más difícil que vivir y ya lo estás haciendo.

Pérdidas no buscadas

La pregunta no es si puedes o no amar, la pregunta es si estás dispuesto o dispuesta a hacerlo.

En el momento que encuentras lo que estabas buscando, llegan los miedos a la pérdida. No importa lo qué, sea lo que sea, no querrás sentir su desaparición. Muchas veces el estrés se apodera de ti y creas, sin pretenderlo, situaciones que te llevan a decir adiós. Lo que tanto querías conseguir se ha ido por tus malditos miedos. ¿Cómo es posible?

¿Qué capacidad tienes de amar sin condiciones?

Tus miedos, en ocasiones, se inventan límites irreales.

En el amor incondicional se vive en paz.

No eres lo que amas, eres cómo amas.

Si crees que has ganado, estás perdiendo.

Si crees que has perdido, no eres consciente de lo que es ganar.

Desengáñate, no existe ganar o perder.

No puedes ganar porque no puedes poseer nada.

No puedes perder porque no posees nada.

Di adiós con el corazón henchido de júbilo. Pocas personas vivieron lo que tu viviste. No importa si lo consideras bueno o malo. Fue único e irrepetible porque nadie lo ha vivido ni lo vivirá como tú.

Eres una persona afortunada.

Ama tus vidas anteriores desde tu infinito presente.

Vergüenza

Hay algo que no quieres que se sepa. Es un secreto oculto que intentas que no vea la luz. Quizá un miedo interno, una acción de tu pasado de la que te arrepientes, un amor al que echas de menos, las ganas de huir y/o gritar, lo mucho que desprecias a alguien... Y lo que querrías es soltarlo pero eres incapaz de hablar. No puedes contarlo en el trabajo, a tu pareja, a tus amistades, a tu familia...

Tus deseos ocultos viven en un limbo existencial creado con vergüenza y miedo a que no te acepten.

Todas las personas somos vulnerables.

Cuando nos mostramos más indefensas conectamos mucho mejor. Las emociones humanas, aunque suene a perogrullo, son compartidas por toda la humanidad. No lo dudes. Tus miedos, tu vergüenza, tu culpabilidad... son iguales en todas las personas que te rodean. Los motivos serán diferentes. Las situaciones o causas que generan esas emociones podrán ser distintas, pero se comparte el resultado final. Nuestra vulnerabilidad.

Con la confianza llegan las conversaciones sobre nuestros sueños y tristezas. Compartimos mucho mejor los miedos y las esperanzas cuando nos exponemos.

Nos abrimos a los demás para conectar con ellos.

Si construyes un muro de hormigón a tu alrededor morirás de hambre emocional.

Exponete, arriesga, muéstrate como eres y sal de lo establecido.

Dibuja

De niños nos dijeron cómo comportarnos para llegar a ser alguien (omitían que ya lo éramos). Nos marcaron el camino para llegar a un destino que creían bueno para nosotros. Hicieron listas con columnas torcidas, esto es bueno, esto es malo, esto quizá, esto nunca... Ahora, ya sabes que la vida no es como te la contaron, ¿qué vas a hacer?

La vida no es más que un lienzo en blanco.

Utiliza tus decisiones para dibujar tu presente.

¿Eres tú quién decide o quién solo sufre las consecuencias?

Lo que vives es un dibujo en 3D de tu interior.

Abre la caja de rotuladores y dale color a tu vida.

Construye, pinta, diseña tu realidad.

Pide ayuda si necesitas aprender a dibujar. Cuando tienes sed buscas una fuente de agua. No te quedes en el “¡no sé!”. ¿Harías eso en caso de tener mucha sed? Seguro que no. La desesperación te obligaría a moverte, a buscar una solución. ¿Por qué entonces te quedas esperando a que alguien resuelva tu vida?

Elimina la sed de tu vida.

Crea dibujos sin acuarelas.

Vive sin un manual (no lo busques, no existe).

“¿Cómo es posible que los niños sean tan inteligentes y los adultos tan tontos? Tiene que ser cosa de la educación”.

Alexandre Dumas

Fracasa

Los grandes genios de la humanidad fracasaron (y fracasarán) mil veces antes de gritar *eureka*.

¿Cuántas veces has fracasado?

¿Cuántas veces has gritado *eureka*?

No importa si la has pifiado en una relación, en un trabajo, en el deporte... No le des valor al pasado.

Grita *eureka* y descubre el presente.

¿Cuánto poder te da la habilidad para cambiar?

Fracasamos porque consideramos que es un fracaso, no porque lo sea. Creemos que pensamos nuestros pensamientos y ahí empieza el caos. Percibimos el mundo según nuestras creencias. Ser consciente y cambiar ese tipo de percepción es el mejor regalo que te puedes hacer.

El fracaso sólo es una interpretación.

Creemos que es de valientes ir a un Coach, a una terapeuta, a una consultora... porque pensamos que no sabemos qué hacer. En realidad lo que demuestra tu valentía es tu capacidad de cambiar de opinión. Ningún profesional conseguirá lo que tú no estés dispuesto a dar.

Los fracasos nos obligan a planearnos un nuevo camino. Es ahí donde surge el conflicto.

Cambiar duele porque elimina el poder del pasado.

¿Quién soy, si no puedo sostener lo que he sido hasta ahora?

No eres lo que pensabas ni lo que puedas pensar mañana.

Fracasa y cambia de opinión tantas veces como sea posible.

Las personas felices tienen la habilidad de adaptarse a los cambios.

En el momento que fracasamos no nos queda otra opción que cambiar.

Evolucionar es una obligación.

El amor sólo desea ser reconocido

Reconocer implica un conocimiento anterior. Conoces el amor pero lo has olvidado. Él desea que lo acojas de nuevo entre tus brazos. Cuando no aparece es porque lo buscas en el lugar equivocado. No te sientas culpable, sólo es un despiste temporal.

Recuerda quién eres.

El amor desea ser conocido, comprendido y compartido.

Nuestras percepciones corpóreas nos hacen creer en un amor físico donde el cuerpo es el eje central. Ahí encontramos el desahogo a nuestro egocéntrico control sobre la materia. El cuerpo es el dios del ego.

Es imposible amar a alguien y verlo como un cuerpo.

Reconoce el amor que habita en ti.

Entrégate al amoroso reconocimiento que supera este mundo.

En pleno amor no existen esquivas dañinas en forma de juicios.

Tu visión del mundo define tu forma de amar.

El único amor real es el que suma.

No te niegues el amor, pues te estarías negando.