

ARTICULOS

*<Si alguno viene a mi y no odia a su padre y a su madre,
a su mujer e hijos, a sus hermanos y hermanas y hasta
su propia vida, no puede ser discipulo mio>
(Lc 14,26)*

APEGO

Se dice que el amor, es ciego y el dinero reúne la facultad suficiente para descubrir en cada persona su felicidad. Es obvio que el dinero aporta una estabilidad económica y social en cada una de nuestras vidas. Sin embargo, gracias a diversas mentes “inteligentes”, nació una rara ley compensatoria, en el que salen siempre beneficiados, aquellos maliciosos que se sienten agraciados y felices por sentir cerca y manejar esa materia insidiosa y bautizada con un valor mayor que el del propio ser humano. Esta teoría refleja claramente el apego que sienten las personas hacia algo material, llegando al filo de la idolatría.

En definición, se puede decir que el apego es una película creada en nuestra mente, una falsa creencia. No solo se hace presente, en referencia a algún materia o sustancia corpórea, también a los sentimientos.

Como ejemplo de esta última teoría, se puede observar el momento en el que sentimos un estado emocional de gran vinculación hacia una persona, creyendo al mismo tiempo, que sin el o ella, es imposible vivir o ser feliz. Ello nos produce un ahogo y una tensión. El problema se origina, en la emoción y bienestar que sentimos cuando ese alguien se encuentra físicamente a nuestro lado.

Sin quererlo ni saberlo, se nos ha formado un muro “adornado”, pero olvidando que nos impide ver la parte negativa de este afecto o cariño.

La realidad es que si no estuviéramos programados para ser felices, solo cuando tenemos a esa persona cerca o cuando adquirimos fama o dinero, seríamos aún más felices, aunque en verdad, en muy escasas ocasiones hemos podido experimentar ese cariño o esa felicidad sincera o pura.

En este mundo, tanto lo material como las personas van y vienen, pero “tú sigues estando ahí”. Pronto tendrás que reaccionar y dejar de aferrarte a esa pareja que te quiere, simplemente ámala, o a esa otra que una vez te dejó, al dinero que te robaron, incluso a esa fama que ayer te vino y hoy se desvaneció.

La solución es darse cuenta de la falsa creencia que te mantuvo ilusionado o gozoso. Desde ahora, es conveniente tratar de borrar el sentimiento de apego. Apreciar el todo y amar lo que te rodea, sin ataduras ni obsesiones. Todo ello aportará más claridad a tu mente, más sosiego a tu corazón, más luz para tu alma.

*<Mirad cuán grande amor nos ha dado el Padre para que seamos llamados hijos de Dios. ¡Y lo somos! Por esto el mundo no nos conoce, porque no le conoció a él>
(Juan 3/1)*

AUTOESTIMA

La valoración que tiene una persona acerca de sí misma, puede tener una connotación buena o negativa, tomando repercusión sobre comportamientos variados en el cuerpo físico o psíquico. Una emoción en el que toman parte diversos elementos externos e internos.

La persona puede tener voluntad para cuidarse o sin embargo, creer que no hay otra elección, que la de destruirse psicológicamente por un complejo o una adicción.

Se debe considerar pues, que la autoestima es una actitud de autovaloración, en el que los factores sobrevaloración e infravaloración adquieren dominio principal en el concepto que se está tratando. Sobre estos dos criterios formarían parte diversos sentimientos de distinta índole.

Dentro de la infravaloración, entraría el odio, la depresión o la timidez. Alcanzando una sobrevaloración se tiende a sentir entusiasmo y respeto por si mismo, voluntad y alegría para afrontar todo tipo de situaciones. Pero en este último contexto, se tiende a incurrir en una extrema negativa del significado, convirtiéndose en un ser orgulloso y narcisista. Este comportamiento, como regla general, origina una actitud de libertinaje, egoísmo y otras variaciones negativas. Como calificación categórica del termino narcisismo, este defecto convierte a las personas en adoradores de su ego, transformando su vida en algo irreal y fantasioso. Dada la elevada presunción que se produce al sentirse una persona narcisista, no logra conectar del todo con sus seres más allegados. Huyen de las verdaderas emociones y del amor, creyendo que pueden adquirir una mayor claridad y una mejor vibración buscando utopías en su mundo vacío e ilusorio.

Durante la sucesión de situaciones que se te presentan en tu vida, en algún momento, muchas de ellas las consideras buenas y a razón de ello, se manifiesta en ti una cierta felicidad. Consigues alcanzar una conducta más humana y tolerable. Tu autoestima se eleva y por consiguiente, te vuelves más amable y al mismo tiempo, te sientes más libre y sin complejos. En consecuencia, te sientes como realmente somos dentro de nuestra condición innata, pero por causa de tu estado condicional que sufre tu mente, tu alma y la infravaloración que tienes hecha y asumida hacia ti, te impiden en ocasiones más difíciles, sobrellevar las cosas de manera más ecuánime.

El método más accesible para conseguir una mejor disposición hacia la conquista de tu propia seguridad y tu buen ánimo, es el de verse y sentirse feliz por lo que es uno y por lo que tienes. Tener confianza en si mismo, ya que ello te aporta seguridad, fortaleza y sobre todo, una manifestación de claridad para afrontar y apreciar las circunstancias de la vida y la de los que te rodean.

POEMAS

SI SUPIERA...

Si supiera,
que es ésta, la última vez,
que veo a un niño reír,
lo abrazaría y rezaría,
para que siempre fuera él,
acompañante y alma de mi sonrisa.

Si supiera,
que es éste, el último momento,
que voy a escuchar tu voz,
pediría al viento,
que la grabara en su esencia,
y así cuando me embriagara,
una caricia melodiosa escuchara.

Si supiera,
que me he de despedir,
de ese noble sentimiento llamado amor,
lo recordaría y llevaría en mi interior,
aquellos momentos,
en que sentí el aliento,
del calor del estremecimiento.
Esperaría impaciente y seguro,
una nueva inquietud,
proveniente del mundo de la paz,
la ternura y la pasión.

Si supiera,
realmente amar,

vencería al miedo,
y sabría apreciar,
el todo y lo eterno.

Si supiera que es hoy,
el último día de mi eternidad,
lloraría como un niño,
por haberseme despojado,
del más lindo y sagrado regalo.

APRENDIZ DE LA SONRISA

Bajo la luminiscencia de la primavera,
arropado por una brisa indefinida,
solo mi alma escucha y aprende de la sonrisa.

Le revelo,
mis deseos de vivir,
mi voluntad de ser feliz,
mi empeño de poder adquirir,
un gesto alegre que perdure siempre en mi,
mis ganas de sentirme arlequín,
y hacer a la gente sonreír.

La sonrisa me responde,
siento que la pena me abandona,
la felicidad pues, más cerca la concibo ahora.
Cultivo progresivamente la lección principal,
sonreír siempre ante cualquier adversidad.

Se me enseña que la sonrisa,
en cada momento, se reconoce detrás,
solo aquél que adquiere una sublime voluntad,
llegará a descubrirla y a saber de su verdad.

Después de un beso la hallarás,
debajo de un problema la encontrarás,
dentro de tu alma, siempre pues la sentirás.

AL AMOR

Inefable sentimiento sin comienzo ni final,
brisa embriagadora,
soplo de estremecimiento, que siempre enamora.
llama eterna de cálido aliento,
donde siempre da cobijo, a los hermosos sentimientos.
Alma de música que emana sensaciones,
Deliciosa cadencia, a serenidad suena.
Hechizo de ternura,
surtido por dulces susurros sabor a canela.
Caricias de olor a mojado,
como agua de lluvia caída, en un campo de trigo dorado.
Epicentro de nuestra existencia,
desde donde sale la savia
que inyecta júbilo y sentido a la vida nuestra.

CITAS

Alegría

1...La alegría es un fiel reflejo del encanto, un modelo de eternidad que supera lo inconmensurable; pero., ¡¡cuesta tanto darse cuenta de su valor, aún así formando parte de nosotros!!

Amistad

2...La amistad, es como la sonrisa de un niño, sincera y desinteresada.

3...Si te aceptas, serás amigo de ti mismo, y ten por seguro, que detrás tendrás amigos.

4...A.M.I.G.O.: Abreviatura, cuyo significado es, persona Amable, Maravillosa, Irrepetible, Generosa y Oportunista, que siempre está ahí cuando la necesitas.

Amor

5...Si dices que el amor es un hermoso sentimiento, lo encasillarás. Si explicas que el amor es lo más bello que existe, lo limitarás. Haz que forme parte de ti, y así no existirá una separación, entre el amor y tu definición.