

Cartas del Lector

Agradezco el espacio que me brindan para compartir el sentir de un encuentro fortuito entre mi ser con el conjunto de emociones que en momentos se cruzan para invitarme a vivir y a encontrar respuestas acerca de mi existencia. Espero les anime o genere más preguntas sobre el sentido de estar aquí.

Llega un momento de la vida en que las emociones se activan y se encuentran, con el fin de moverte, desestabilizarte, cuestionarte ¿qué es lo que quieres?, ¿qué es aquello que estás viviendo?, ¿qué es aquello que deseas transformar?, ¿cómo hacer las cosas diferentes? vienen una serie de incógnitas, que invaden tu cabeza y no te dejan en paz.

Resulta muy fácil evadir las, pero cada vez que avanzas por la vida se intensifica la fuerza y el grito donde tu ser pregunta de nuevo ¿Encontraste cuál es tu propósito? ¿Eres feliz? y es allí donde sin saber que hacer mi espíritu responde con otra pregunta ¿para qué estoy aquí?

Hoy me mueve el sentimiento que nace del corazón para escribir estas letras y dejar una reflexión: Por más que intentes ser metódico, por más que intentes ser organizado, por más que intentes que tu mundo sea perfecto, no lo vas a lograr; siempre existirán cosas a tu alrededor que pueden desestabilizarte, pero depende de ti, tu fuerza de voluntad y el coraje que tienes para afrontarlas y darle pasó a un aprendizaje y nuevas formas de ver la vida.

¡Suelta Ya el control!

De qué sirve sostener un lazo durante mucho tiempo y hacer fuerza cuando sabes que te lastima, a veces nos aferramos tanto al dolor que empezamos a verlo como parte de nuestra vida y resulta muy difícil soltarlo, puesto que el apego a algo o alguien genera su

frimiento que termina siendo placentero y se convierte en una "droga" ocultando la carencia afectiva, baja autoestima, o conformismo.

Más allá de ello, se esconden vacíos y miedos que debo elegir revisarlos y sanarlos. No es posible que vivamos en un planeta tan maravilloso y abundante solo para sufrir ¿Acaso Dios, La Fuente, o cómo quieras llamarlo, no creo todo esto para ser felices y aprender desde el amor? ¿En qué momento nos desconectamos de nuestro propio amor y nos convertimos en mendigos de una sociedad que solo vive de apariencia y satisface sus necesidades desde el tener material? Es tiempo de regresar al Ser y para ello es importante reconciliarnos con nuestro niño interior, esa parte ingenua, divina y perfecta que habita en cada uno de nos. Cada día cuenta como una oportunidad para aprender, sanar y hacer las cosas mejor. No podemos quedarnos mirando y sufriendo en el pasado, si podemos vivir en el presente y crear una nueva realidad.

Es aquí y ahora que podemos modificarlo todo, "si somos el resultado de nuestras decisiones o elecciones en la vida", pues agradece lo vivido, y utilízalo como materia prima para moldear tu presente y crear el futuro de manera más consciente.

Aunque esto en teoría resulte fácil, en la práctica puede ser muy complejo, yo te sugiero que busques un mentor, psicólogo, terapeuta que te acompañe a encontrar las respuestas, que solo tú tienes dentro.

José Daniel Ninco Tamayo

Psicólogo, Egresado Corporación Universitaria Minuto de Dios- 2021, Colombia Huila