

Veritas liberabit vos

(La verdad os hará libres)



Recuerdo hace unos meses que leí que al drenar alguno de los míticos canales de la bella ciudad de Amsterdam y al vaciarlos de agua, en su fondo, los operarios que realizaban la tarea se habían visto sorprendidos por un elenco de objetos que dormitaban en su profundidad; desde coches, bicicletas, muebles, materiales de toda índole, etc...; hago esta reflexión desde la convicción de que cuando somos capaces de llegar al fondo de nuestra

conciencia, de bucear en nuestro interior rebasando los límites que marcan el confort de las asunciones con las cuestiones que nos hacen dudar sobre nuestra conducta, es entonces cuando aflora nuestro yo auténtico, la versión de nosotros más purista y menos sesgada.

El poso de nuestra conciencia se drena con la manifestación al exterior sincera de nuestros sentimientos, pensamientos, temores, dudas, complejos, juicios...; llegamos al fondo que lo somos en la medida que somos capaces de compartir lo que ocupa nuestros dilemas y nuestras contradicciones.

Cuando a través de la meditación nos acercamos a las perturbaciones que acechan nuestros valores, cuando traspasamos la barrera donde no hay preguntas porque las respuestas satisfacen nuestro ego, cuando cuestionamos nuestros objetivos, intereses y nuestro comportamiento ante estos y frente a los demás...es cuando estamos próximos a la esencia que nos hace únicos. Y se produce ese drenaje o volcado de conciencia cuando con coraje ventilamos de forma generosa y humilde cada uno de esos "objetos" depositados en nuestro fondo; invitamos a compartirlos e incluso muchas veces a descubrirlos...

En este momento me viene una de esas frases que desde que las lees, se quedan para siempre...: "veritas liberabit vos" (La verdad os hará libres).

En agradecimiento a ICE Coaching por ayudarme a ver la vida con otros ojos

Aquello que pensamos, es aquello en lo que nos convertimos!