

Image not found or type unknown



www.juventudrebelde.cu

Image not found or type unknown



Sabiduría del afecto. Autor: Internet Publicado: 21/09/2017 | 05:22 pm

La sabiduría del afecto

Las lecciones más importantes se asimilan en los momentos más arduos. Nadie vive cuentos de hadas sin haber sufrido y aprendido de los errores

Publicado: Viernes 29 junio 2012 | 06:03:37 pm.

Publicado por: Dennis Valdés Pilar

Mi doctrina es: vive de tal modo que llegues a desear vivir otra vez, este es tu deber, ¡porque revivirás de todas formas!

Nietzsche

El amor es la respuesta primordial a todo. No es una abstracción, sino una gama de energía que tú mismo puedes crear y conservar dentro de tu ser. Se trata simplemente de sentirlo y expresarlo.

El amor hace que el miedo se desvanezca. No puedes sentir temor si te sientes complacido contigo mismo. Cuando amas y no tienes miedo eres capaz de perdonarte y perdonar. Empezarás a ver las cosas desde la perspectiva apropiada. El sentimiento de culpabilidad y la rabia son reflejos de tu propia inseguridad. La culpa es una rabia sutil que diriges desde dentro. Perdonando disuelves los deslices y la cólera, sentimientos innecesarios, emociones nocivas... Perdonar es un acto de amor.

A veces, las vidas más difíciles son las que nos brindan posibilidades de aprender, de recorrer nuestro camino con mayor rapidez. Las vidas más soportables suelen ofrecernos menos posibilidades para progresar.

Las lecciones más importantes se asimilan en los momentos más arduos. Nadie vive cuentos de hadas sin haber

sufrido y aprendido de los errores: son experiencias que te marcarán toda la vida y te ayudarán en futuras batallas.

Ansiamos la ilusión de la seguridad en lugar de desear la seguridad de la sabiduría y el afecto. Anhelamos ser aceptados cuando en realidad nos rechazamos. El ego crea espejismos y encubre la verdad. Con el amor y la comprensión llega la paciencia infinita. ¿De qué sirve tener prisa? El tiempo no existe cuando no vives el presente y no te das la oportunidad de absolverte por el pasado.

La relación que mantienes contigo mismo es similar a la que tienes con los demás. No podrás ser feliz con tus amigos, familia y pareja mientras no encuentres paz y serenidad con tu yo interno.

Cuando te deprimes pierdes la razón y das las cosas por sentado. Cambia tu punto de vista y no olvides qué es importante y qué no lo es. Evita caer en la rutina, no pierdas las esperanzas.

Tienes que ir más allá del entendimiento y realizar cambios, mejorar el mundo, arreglar las relaciones, perdonar a los demás y aceptar su perdón. Es sumamente importante perseguir la virtud sin descanso.

Todos hemos hecho cosas por las cuales condenamos a otros, dejamos caer nuestro triste peso en corazones ajenos, creemos tener razón cuando verdaderamente carecemos de ella. Siempre que busquemos compensación, gracia y bondad las encontraremos.

En el fondo todos somos iguales e importantes. Todos somos capaces de convertirnos en seres afectuosos y espirituales, en personas compasivas, buenas y pacíficas, llenas de alegría y de seguridad... ¡Ya lo somos! Nuestro inconveniente es que lo hemos olvidado, y nuestro ego, por lo visto, intenta evitar que lo recordemos.

<http://www.juventudrebelde.cu/suplementos/sexo-sentido/2012-06-29/la-sabiduria-del-afecto>