

¿QUIEN SOY?

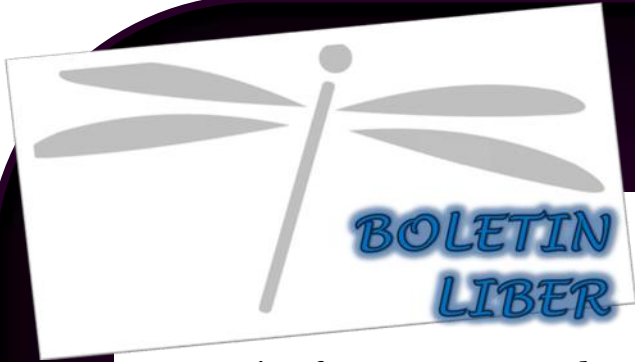


“Todo aquello de lo que huyes, como aquello por lo que suspiras, está dentro de ti”, dice la sabiduría sufi. Pero ¿te has puesto a pensar si realmente conoces (aunque sea medianamente) que hay dentro de ti? Acompañémonos, protegídamos, honestamente a descubrir, para ti mismo/a ¿Quién Eres?



Me gustaría mucho poder comenzar con uno de mis cuentos favoritos de Anthony De Mello, lo conocí hace varios años atrás, en el camino de *descubrir quién soy* realmente:

Una mujer estaba agonizando. De pronto, tuvo la sensación de que era llevada al cielo y presentada ante el Tribunal. “¿Quién eres?”, dijo una Voz. -“Soy la mujer del alcalde”, respondió ella. “Te he preguntado quién eres, no con quién estás casada.” -“Soy la madre de cuatro hijos.”- “Te he preguntado quién eres, no cuántos hijos tienes.” -“Soy una maestra de escuela”- “Te he preguntado quién eres, no cuál es tu profesión”. Y así sucesivamente. Respondiera lo que respondiera, no parecía poder dar una respuesta satisfactoria a la pregunta “¿Quién eres?” -“Soy una cristiana”-, “Te he preguntado quién eres, no cuál es tu religión.” -“Soy una persona que iba todos los días a la iglesia y ayudaba a los pobres y necesitados.”- “Te he preguntado quién eres, no lo que hacías.” Evidentemente, no consiguió pasar el examen, porque fue enviada de nuevo a la tierra. Cuando se recuperó de su enfermedad, tomó la determinación de averiguar quién era. Y todo fue diferente.



www.centroliber.com

Cuántos de nosotros hemos caído en la trampa, quizá definirnos por lo que está afuera sea una buena referencia, sin embargo, debemos tener presente que son cosas o circunstancias externas a nuestro control, eso quiere decir que pueden desaparecer sin que podamos hacer nada y encontrarnos con el magnífico hecho de que *seguimos existiendo*, confrontándonos

con la imperiosa pregunta de ¿Quién soy realmente? ¿Soy lo que está dentro o también lo que está fuera de mí?

En mi personal punto de vista, lo que existe fuera de mi, son coordenadas que

me ayudan a *encontrar el sitio exacto donde estoy*, pero que con ellas o sin ellas, ese sitio sigue existiendo, aunque tal vez sea más complicado dar con ese lugar, aunque no aparezca en el mapa.

Dar con la respuesta a tan histórica pregunta, *es un proceso personal* que cada uno deberá llevar respetando la singularidad del mismo, quizá sea más *fácil* para unos, probablemente, otros requieran *recorrer un camino distinto*, en el que esté en juego, incluso la posibilidad de hallar a alguien que no esperábamos encontrar o distinto al que nos gustaría que hubiera sido.





www.centroliber.com

Por otro lado, existen ocasiones donde es más sencillo cubrirnos con capas exteriores por distintas razones, tal vez miedo, decepción, angustia, disfraces que nos ponemos a diario para sobrevivir e incluso aspectos que ni siquiera nos pasan por la mente. Existen teorías que correlacionan el disgusto por la soledad con el temor de *encontrarse a sí mismos*, ya que al estar solos, pueden crearse las condiciones



necesarias para que aparezca nuestro verdadero “yo”.

Cuando pienso en aquel famoso programa “Plaza Sesamo”

recuerdo un capítulo donde

uno de los personajes tenía miedo a la oscuridad, pues cada una de las sombras parecía ser algo que en realidad no era, un abrigo se convertía en un monstruo asechando por la ventana, un perchero en una garra; pero cuando se encendía la luz, parecía todo estar en calma. En algunas ocasiones, aquello que guardamos en la oscuridad, *no es tan temible como parece*, pero son fantasías que nos “secuestra” convirtiéndonos en algo así:

“Un paciente desesperado le dijo al psicólogo: “vaya a donde vaya, tengo que ir conmigo mismo... ¡y eso lo fastidia todo!”



www.centroliber.com

Tal vez la clave es *irse atreviendo a avanzar*, aun cuando haya miedo, precavidamente, y poco a poco *permitirnos ir descubriendo ¿Quién soy?* Pues tenerlo claro, puede *convertirse en la vacuna que te proteja más de lo que las sombras lo han hecho hasta ahora*, pues como dice aquel dicho “*Si crees ser lo que tus amigos y enemigos dicen q eres, evidentemente no te conoces a ti mismo.*”



Psic. Eveline González Dublán

Eveline sabe que aun tiene mucho que descubrir de sí misma y que recientemente ha tocado puntos no tan agradables, pero agradece la compañía de aquellos que incondicionalmente la aman por lo que es y lo que no es, hasta ahora. Sabe que casi todos tienen a alguien así, aunque no lo vean.

PROXIMO BOLETIN: “CUIDADOS PALIATIVOS”

Si deseas conocer más sobre nosotros o tienes alguna duda puedes consultar nuestra página

www.centroliber.com o **escribenos a centroliberhgo@centroliber.com**



El lector es el único responsable del uso de las ideas, conceptos y contenidos que este boletín semanal propone en su información. Si deseas darte de baja envía un correo con asunto “baja boletín”.





Aprendizaje y crecimiento trascendente
Psicología, Tanatología, Sexología y Más...
www.centroliber.com

Escuchándonos a través de:

www.radiomenteabierta.com



LUNES 18:00 HRS (Méx.)

*-Trascendiendo
conscientemente-*

*Con: Alejandro Espinosa y Laura
Velázquez*



Hoy más que nunca, necesitamos de
tu apoyo. Conócenos y ayúdanos a
continuar con nuestra labor.

www.milagroscaninos.com

Más y Mejor vida, se posible.

Tuxpan 63 int. 304 Col. Roma sur
(entre Bajío y Tehuantepec)
55 84 81 83 / 55643698