ATENCIÓN

Mané Toriello

Image not found.

Capítulo 1

“No mires atrás con ira, ni hacia adelante con miedo, sino alrededor con atención…”

Esta frase me hace mucho sentido. Vamos acumulando enojos, rabias, malos ratos, y cada cierto tiempo, algo pasa que nos acordamos de esos momentos… osea, siguen dentro nuestro.

No nos atrevemos a avanzar por miedo! Y si no resulta, y si sale mal, y si….

Nos concentramos en el negativismo y giramos alrededor de éste, sin dar un pequeño pasito siquiera.

Mirar a nuestro alrededor…. Es la parte que más me gusta de esta frase!!!

Hay tanto que ver, tanto que admirar, tanto que descubrir. Detenernos y sólo mirar. Cada detalle, cada luz y cada sombra. Tantos sonidos. Tantos sentimientos.

Sobretodo hoy, en que más que nunca cada persona está ensimismada en su propia pantalla y en su propia música.

Cuando voy por la calle, en la micro, en el metro, en la plaza….donde sea. Miro y absorbo y huelo y siento. Es increíble ver las caras de las personas e imaginar sus mundos privados. Es impresionante ver la naturaleza en medio de tanto concreto. El olor de la ciudad mezclado.

Mirar a los ojos cuando converso con alguien. Mirar sus expresiones. Fijarme en sus manos, cómo las mueven. O incluso mirar de reojo a otras personas conversar, de lejos. Es como un mundo aparte.

Tengo miopía. Para los que sufren de lo mismo, espero me entiendan. Que cuando digo veo, me refiero a que presiento. No hay nitidez así que recurro a mi imaginación, que se encarga de completar el cuadro.

Y por eso, mirar a los ojos es algo tan importante para mí. El estar frente a frente en una conversación.

Mirar alrededor con atención, con mis 5 sentidos en modo on.