

AMOR PROPIO

Mané Toriello

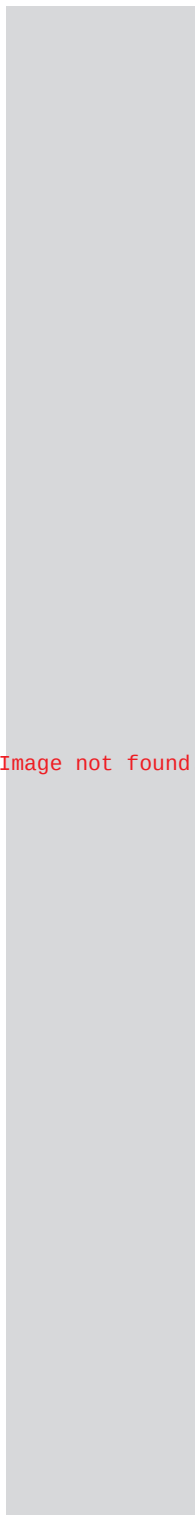


Image not found.

Capítulo 1

Saber amarse ...para algunos es fácil, para otros es tarea de todos los días.

Es independiente de la personalidad que tengamos, tímidos u osados. Valientes o cobardes.

Va más allá ...

Puede que durante años nos amemos a nosotros mismos. Pero basta que pase algo traumático en nuestras vidas ...y nuestro amor, nuestra moral, nosotros enteros decaemos.

Y aquello que durante años trabajamos, en segundos se derrumba.

Reconstruirnos, volver a mirarnos, volver a conocernos, volver a aceptarnos, volver a querernos, volver a amarnos.

Volver a empezar ...es un trabajo largo.

Esas emociones que nos hicieron dejar de amarnos, no van a desaparecer. Nos marcaron de por vida. Pena, rabia, miedo, etc...

Reconocer cada emoción, trabajarla y moldearla hasta rehacerla. Y así lograr que las marcas que quedaron se suavicen.

Y que llegue el día en que las mostremos orgullosos de lo que logramos. Porque es un trabajo único, demasiado importante. Los demás ni se imaginan por todo lo que tuvimos que pasar.

Pero vale la pena. Sólo por volver a sentir que nos amamos, es un sentimiento único.

Validarse como persona, como ser humano. Volver a mirar a los demás a los ojos, de frente.

Sabiendo y transmitiendo quienes somos.

Y amándonos tal como somos, sentimos y pensamos.

Eso es felicidad!!!