

CUERPO+MENTE+ESPÍRITU

RELACIÓN DE PAREJA

¿Cuál es la música que caracteriza hoy tu relación amorosa?... Y si no la tienes, ¿con qué música relacionas a la pareja en general?

Si el dinero tuviera música en tu vida... ¿qué música sería?
¿Cuál es la música de tu papá y tu mamá? (no importa si viven o si se fueron hace muchos años)
Si tienes hijos, ¿qué música representa a cada uno?
¿Y tu trabajo... qué música, ritmo o género lo caracteriza?



Tal vez pueda ser muy divertido y a la vez productivo preguntarte cuál es la música que caracteriza las relaciones más importantes de tu vida. Una vez respondidas, el paso siguiente es reflexionar sobre qué te dicen las respuestas, qué tienen de exceso y de qué carecen esas relaciones, al observarlas desde la mirada musical.

LAS METÁFORAS



Las metáforas ayudan a darnos cuenta de cuáles aspectos cambiar o mejorar, sin la necesidad de hablar directa o literalmente del tema. Es apren-

der a transformar lo que no está funcionando como quisiéramos, desde una perspectiva más liviana pero no menos profunda o sincera.



• ¿Con qué te conecta la música?

La melodía que te define

¿Por qué será que desde que existimos las personas buscamos escuchar sonidos, cantar, bailar y componer? O mejor dicho, ¿para qué lo hacemos? Las respuestas pueden ser muchas, pero la más importante es la tuya

IGNACIO TRUJILLO.
Coach Ontológico

Desde el inicio de la humanidad, mujeres y hombres estuvimos siempre acompañados por la música, una de las más bellas creaciones que los seres humanos hemos podido desplegar y compartir.

Al principio la música estaba más relacionada a los ritmos y sonidos asociados con elementos de la tierra y mucha percusión. Con el paso del tiempo, fuimos agregando cada vez más instrumentos y el resultado fueron creaciones muy variadas

hasta llegar al día de hoy, donde disponemos de una riquísima variedad de recursos instrumentales y tecnológicos para crear lo que el artista desee. La imaginación no tiene límites y los medios al alcance nos permiten crear todo tipo de ritmos, melodías y géneros musicales.

¿Por qué será que desde que existimos las personas buscamos escuchar música, cantar, bailar y componer? O mejor dicho, ¿para qué lo hacemos? Las respuestas pueden ser muchas, pero la más

importante es la tuya.

¿Cuáles son aquellas músicas, canciones o géneros musicales que más te definen?

Esta pregunta no es curiosidad, sino para conocernos un poco más, utilizando la metáfora de la música como forma de darnos cuenta dónde estamos hoy y dónde quisiéramos estar mañana.

Por ejemplo, si la música que sueles escuchar es romántica o pop, ¿qué otros ritmos te traerían más fuerza o relax a tu vida? ¿Si todo es solamente heavy metal... dónde

quedó la capacidad de conectar suavemente? ¿Y si sólo escuchas músicas del pasado... ¿qué sucede con el presente que ya nada es como era y todo tiempo pasado fue mejor?

“Cuenta una antigua leyenda que en la Edad Media un hombre muy virtuoso fue injustamente acusado de haber asesinado a una mujer. En realidad el verdadero autor era una persona influyente del reino y por eso se procuró un chivo expiatorio para cubrir al culpable. El hombre

fue llevado a juicio ya conociendo que tendría nulas chances de escapar al terrible veredicto... ¡La horca! El juez también complotado cuidó de dar todo el aspecto de un juicio justo, y por ello dijo al acusado: “Conociendo tu fama de hombre justo vamos a dejar en manos de Dios tu destino; vamos a escribir en dos papeles separados las palabras “culpable” e “inocente”, Tu escogerás y será la mano del Dios la que decida tu destino.”

El funcionario había preparado dos papeles con la misma leyenda CULPABLE y la pobre víctima aún sin conocer los detalles se daba cuenta que el sistema propuesto era una trampa. El juez conminó al hombre a tomar uno de los papeles doblados.

Este respiró profundamente, quedó en silencio unos cuantos segundos con los ojos cerrados y cuando

la sala comenzaba ya a impacientarse abrió los ojos y con una extraña sonrisa tomó uno de los papeles y llevándolo a su boca lo engulló rápidamente. Sorprendidos e indignados los presentes le reprocharon airadamente: -Pero que hizo? Y ahora? ¿Como vamos a saber el veredicto? -“Es muy sencillo, respondió el hombre. Es cuestión de leer el papel que queda y sabremos lo que decía el que me trague”.

Con rezongos debieron liberar al acusado y jamás volvieron a molestarlo.

Sé creativo, y cuando todo parezca perdido, usa tu imaginación. Ya lo dijo Albert Einstein: “En momentos de crisis solo la imaginación es más importante que el conocimiento”.

info@alaszvenezuela.com/
www.alaszvenezuela.com / Twitter: @AlasVenezuela / Facebook: AlasVenezuela