

Capas de cebolla que te esconden



“Si uno no vive como piensa acaba pensando como vive...”

Algunas malas experiencias de cuando eras joven o menos joven pueden irte haciendo hermético a tu entorno con el único fin de protegerte de las agresiones exteriores.

Crees que te vas protegiendo de los demás poniéndote poco a poco sobre tu **“esqueleto emocional”** múltiples capas de cebolla que conseguirán protegerte o aislarte en tu vida social y laboral y por supuesto conseguirán también condicionarte en tu trato familiar presente.

Hoy en día **ser uno mismo** y con todas sus consecuencias, es un acto que en algunos casos resulta hasta heroico. **Con las capas de cebolla** que te pones corres el riesgo de poder **consentirte a ti mismo ser infiel** a determinados valores y proyectos...

“Tus capas de cebolla exteriores te protegen de tus incoherencias interiores”

y así ser infiel a uno mismo te resultara fácil porque eres tu y solo

tu eres el que sabe de tus **infidelidades** cada vez que te miras al espejo. Cualquier **infidelidad** a tus principios es sinónimo de **ruptura interior y exterior** con uno mismo y con los demás.

“Tener armonía y unidad de vida nos produce congruencia entre lo que somos, lo que pensamos y lo que actuamos”

Normalmente empezamos poniéndonos capas, primero en el **trabajo**, luego con los **amigos**, después con **nuestra pareja** y al final también con **nuestros hijos**. Ponernos capas nos ayuda a no descubrir todas nuestras cartas a los demás para que así **nadie nos diga lo que debemos hacer**...Montar una capa sobre otra capa en nuestra vida produce un **distanciamiento afectivo y emocional** que nos mantiene cada vez mas alejados de los demás.

Si construimos el edificio de nuestra vida personal y familiar solo sobre la respetabilidad, un determinado estatus, o un reconocido prestigio estamos amueblando nuestro inmueble sobre ciertos valores materiales que nos hacen creer solo estos valores son las 3 necesidades importantes para vivir en sociedad y por ese mismo rasero clasificaremos a la gente que nos rodea. La amistad y las relaciones familiares se instrumentalizan, poniéndolas al servicio solo del éxito social y los beneficios materiales.

Nuestro objetivo no debía ser otro que el de ser nosotros mismos y saber estar por encima de la burbuja social que nos rodea.

Si uno se para a mirarse en el espejo y lo que ve no lo reconoce como suyo, es hora de pensar que tiene demasiadas **capas de cebolla sobre su esqueleto**. Algunas de estas capas, afectan directamente a nuestro físico gracias a la la cirugía estética, y se utilizan para intentar disimular lo que ya eres; otras capas son los hobbies individualistas que te aíslan del resto..., otras más serían los fracasos asumidos son disfrazados de manías consentidas etc, etc..

Todos sabemos **lo que tenemos dentro y lo que llevamos por encima** y también sabemos lo que a veces pretendemos tapar de nuestro interior con capas de cebolla que nos falsean ante los demás y nos ayudan a mentirnos a nosotros mismos, sin que los demás lo noten...

“Hoy mejor que ayer estas a tiempo de liberarte de capas que te esconden lo que eres”

