



## LUGARES, MOMENTOS, PERSONAS

Asistí a la ceremonia de despedida de una persona muy querida en la familia, y el cura nos habló de una idea que me ha hecho reflexionar mucho este verano. Nos contó que todos tenemos, por nuestras experiencias vitales, unos “lugares sagrados”, que son aquellos en los que hemos tenido las vivencias que nos han marcado, que además tenemos unos “momentos sagrados” que son aquellos que constituyen nuestros mejores recuerdos, y que tenemos finalmente unas “personas sagradas”, que son aquellas que mayor influencia e impacto han tenido en nuestras vidas. Y nos lo contó en este orden: lugares, momentos, personas.

Yo me he dedicado a hacer mentalmente mis listas. De lugares sagrados, momentos sagrados y personas sagradas. Y el ejercicio me ha ayudado a entender varias cosas:

- En primer lugar, que esos lugares, momentos y personas constituyen la base de nuestros mejores recuerdos, y son unos recuerdos a los que acudir en momentos de desánimo. Son nuestra “reserva de energía” en turbulencias.
- En segundo lugar, que esos mismos lugares, momentos y personas nos definen. Dicen mucho de nosotros, de nuestra personalidad y nuestros valores. Y por tanto nos ayudan mucho a conocernos.
- Y en tercer lugar, que es un ejercicio vital muy valioso añadir a la lista lugares, pero sobre todo momentos (muchos) y personas (algunas). Vivir desde la perspectiva de querer crear nuevos “momentos sagrados” nos hace dar importancia a las cosas que nos ocurren, y ser más activos y más creativos provocando experiencias. Yo he pasado el verano en un lugar que ya ha sido para mí siempre un “lugar sagrado”: la Isla de Menorca. Pero poniéndole consciencia, he logrado atesorar algunos momentos que pasan a ser “sagrados”, de conversación con mis hijos, o de alguna actividad especialmente relevante.

Nuestra vida está hecha de estos lugares, momentos y personas. “Sagrados” o como se les quiera llamar. Pero importantes en cualquier caso. Y hacer listado de ellos es sano, como lo es generar algunos de nuevo, desde la consciencia de que lo estamos haciendo.

Os animo a hacer vuestras propias listas. Y a vivir coleccionándolos.