

Hablar de los sentimientos

Autor: Eunoia

Categoría: Reflexiones

Publicado el: 15/10/2024

Tendríamos que hablar mucho menos y sentir más..., pero "el sentir" no siempre es agradable y a veces da miedo. Se suele temer al silencio y a expresar lo que se siente. Esta es una de las razones por las que las personas cada vez hablan más y sienten menos, pensando que así están protegidos y viven felices. Todo es fachada. Es cierto que hablar de los sentimientos no es nada fácil. No nos "enseñan" ni siquiera a expresar abiertamente lo que sentimos interiormente; más todavía, nos inspiran temor a ser nosotros mismos, a bunkerizarnos ante los demás; nos presentan como algo peligroso el mostrarnos como somos.

Evidentemente nos movemos en una contradicción, por un lado tememos al silencio; por el otro, se nos fuerza a hablar de los sentimientos, pero de unos sentimientos estandarizados, impuestos, falsos y convencionales.

Pero los sentimientos del yo interior, en muchas ocasiones, nos asusta más que la opinión que los demás puedan tener de nosotros si nos presentamos abierta y honradamente.

Sin duda, es un problema ligado al modelo de sociedad en que vivimos todas y todos, donde domina un poso de desconfianza mutua y una faz hipócrita al enfocar las relaciones humanas, de tú a tú.

Sería bonito redescubrir la belleza de los gestos: una sonrisa, un abrazo, el murmullo del viento entre los árboles que hace que agudices el oído, ver pasear a una pareja de enamorados, un guiño entre amigos, una caricia de una madre a su hijo, una mirada cómplice...deberíamos reaprender, que a veces, sentir lo que nos rodea, es mucho más elocuente que mil palabras y que el silencio, hace que podamos conectarnos con la esencia de la vida, así que deberíamos hablar menos y sentir más para abrir, sin miedo la puerta a un mundo lleno de emociones.

Enlace original del relato: [ir al relato](#)

Otros relatos del mismo autor: [Eunoia](#)

Más relatos de la categoría: [Reflexiones](#)

Muchos más relatos en: [cortorelatos.com](#)