

## LA CONECTIVIDAD COMO CERTEZA DE VIDA



Los demás no son los otros. Los demás somos nosotros en otros momentos de nuestras vidas. Lo que te haces, haces. Lo que imaginas, te inspira a ti y a quienes te rodean. La certeza de esa conectividad con todo y con todos los que nos rodean, permite ver la vida en todos sus matices, tonalidades, algunas oscuras y otras más luminosas, y poder ser consciente de lo que pasa en el mismo instante en el que está pasando.

"Todo está conectado" es el gran *Leit Motiv* de **JULIETA PARÍS**, nacida en Zaragoza en 1976. Psicóloga y antropóloga de formación, ejerce la psicoterapia desde hace más de 15 años, compaginándolo con su trabajo acompañando a deportistas de alto rendimiento en la consecución de sus objetivos. Ha asistido a diferentes campeonatos del mundo de atletismo, así como a los JJ.OO. de Beijing, en 2008. Con un currículum académico extenso, que no procede enumerar aquí, Julieta es acción. Es campo. Es vida. "Tengo en mí todos los sueños del mundo" decía Pessoa. Y la frase parece retumbar en cada pared interna de su cuerpo. Por su profesión, pero, sobre todo, por su mirada, Julieta tiene una vista privilegiada sobre las vidas ajenas, que siempre tienen algo de la propia. Ya dijimos, mejor ya lo dijo Julieta porque ella siempre dice, que los demás no son los otros.

Apasionada de la formación, como una forma íntima de compartir el conocimiento. Curiosa y viajera, ha aprendido que la verdad que te acecha en casa e impulsa a un viaje se encuentra al regreso del mismo, cuando cambia tu mirada a la hora de mirar a lo de siempre. Meditadora, asume que la meditación comienza al abrir los ojos y *levantarte del cojín*. Que la compasión sin acción no es nada. La compasión es el hilo invisible que nos une a quien nos rodea, hagámoslo consciente. Conectémonos todos. O, mejor, sepamos que ya lo estamos y aprovechémoslo.