



# *“Valentía para Vivir”*

Extraído de la **Revista Mente Sana**. Número 5. Pgs: 32. Y añadidos de AdA.

---

TOMAR LAS RIENDAS DE NUESTRA PROPIA VIDA REQUIERE CORAJE Y LA CAPACIDAD DE ASUMIR RIESGOS. SE TRATA, COMO NOS MUESTRAN ESTAS ALENTADORAS PALABRAS, DE VIVIR SIN MIEDO AL FUTURO O A LO INESPERADO.

1.- *“La vida es maravillosa si no se tiene miedo a ella”.*

**Charles Chaplin.**

2.- *“El mundo es todo puertas, todo oportunidades y cuerdas tensas que aguardan que se las toque”.*

**Ralph Waldo Emerson.**

3.- *“Para la mayoría de nosotros la verdadera vida es la vida que no llevamos”.*

**Oscar Wilde.**

4.- *“El deseo de ser más de lo que soy ha sido poderoso y permanente en mi vida. Es una resistencia a permanecer en un estado. Es un querer hacer más, aprender más, expresar más”.*

**Hugo Prather.**

5.- *“Es necesario correr riesgos. Sólo entendemos del todo el milagro de la vida cuando dejamos que suceda lo inesperado”.*

**Paulo Coelho.**

6.- *“Aprendí que no se puede dar marcha atrás, que la esencia de la vida es ir hacia delante. La vida, en realidad, es una calle de sentido único”.*

**Agatha Christie.**

7.- *“La vida cobra sentido cuando se hace de ella una aspiración a no renunciar a nada”.*

**José Ortega Gasset.**

8.- *“Todos, cualquiera que sea nuestro camino, estamos llamados a superar nuestros miedos para aprender a amar. Ese es el fin de la existencia”.*

**Patrick Drouot.**

9.- *“Para volar hay que crear el espacio para que las alas despeguen, hay que empezar asumiendo riesgos”.*

**Jorge Bucay.**

10.- *“Nadie llegó a la cumbre acompañado por el miedo”.*

**Publio Sirio.**

11.- *“La vida no es un problema. Si la consideras un problema estás dando un paso equivocado. La vida es un misterio que tienes que vivir, amar y experimentar”.*

**Osho.**

12.- *“¿Consultarías un manual basado en el temor para tomar decisiones sobre tu vida real?”.*  
**Wayne W. Dyer.**

13.- *“La duda y la inseguridad pueden constituir para algunos un desafío deliciosamente estimulante”.*

**Abraham Maslow.**

14.- *“Nunca es tarde para ser lo que quieres ser”.*

15.- *“Lo que más miedo o culpa nos crea, es de lo primero que nos hemos de ocupar”.*

16.- *“Vivir, realmente vivir es muy simple, los pensamientos (la mente) trata de complicarlo todo”.*

17.- *“Lo más que importa es ser concientes de nuestra realidad tal y como es. Las lecciones a aprender nos la va ofreciendo la vida a través de la experiencia. Del resto, disfrutar de una vida simple.”*

18.- *Desde niña la culpa me acompañó al responsabilizarme inconscientemente de las vidas de los demás. Ahora permito y respeto que cada uno/a viva lo que decida vivir.*

19.- *Nos costaba disfrutar de una vida simple y alegre al tener tapada la alegría con los miedos, culpas y angustias.*

20.- *Al sacar y ventilar las culpas, miedos y angustias damos paso a la alegría interior que se manifiesta fuera en disfrute.*

Parte extraído de la **Revista Mente Sana**. Número 5. Pgs: 32

---

