LUIS **IVÁN**

Durante mucho tiempo pensé que ser libre era hacer lo que quería.

Tener **tiempo**.
Tener **dinero**.
No depender de nadie.

PERO NO.
No era eso.

Porque puedes tener todo eso…

y seguir sintiéndote atrapado.

Yo empecé a sentir algo parecido a la libertad hace unos 3 años.

Pero si soy completamente honesto contigo,
libre de verdad…
hace apenas 1.

Y no fue porque cambiara todo fuera.

Fue porque **dejé de huir**
de lo de dentro.

Vivimos en un mundo
donde todo el mundo opina.
Donde **todo se juzga**.
Donde parece que siempre
hay alguien mirando,
evaluando,
comparando.

Un mundo
en el que nos metemos
en la vida de los demás
sin permiso…
y donde también dejamos que otros
se metan en la nuestra.

Y eso, aunque no lo parezca,
condiciona cada decisión que tomamos.

A mí me pasó.

Hasta que un día
me hice una pregunta que no pude esquivar.

Y que probablemente **tú tampoco** puedas,
si te la haces de verdad:

¿Dónde estás en tu vida
ahora mismo?

Pero no me refiero a una respuesta superficial.
Me refiero **a parar**.
A quedarte **en silencio**.
A **incomodarte** un poco.

Y empezar a preguntarte cosas como:

¿Estás viviendo la vida que elegiste…
o la que fuiste aceptando?

¿Te levantas con ganas…
o simplemente cumples?

¿Te sientes lleno…
o distraído?

¿Te estás siendo honesto
o te estás contando una historia
para no mover nada?

¿Te reconoces en lo que eres hoy?

En tu trabajo:

¿Estás creciendo o sobreviviendo?
¿Te ilusiona lo que haces o solo te tranquiliza?

En tus relaciones:

¿Estás por amor… o por miedo a estar solo?
¿Puedes ser tú al 100% o te adaptas constantemente?

Contigo:

¿Te escuchas… o te evitas?
¿Te respetas…
o te traicionas en pequeñas decisiones cada día?

Y hay una más, que suele doler:

¿Eres hoy aquello que soñabas hace unos años…
o te has ido alejando sin darte cuenta?

Y si la respuesta es que no… **no pasa nada.**

De verdad.

A veces cambiar de camino **también es avanzar**.
Pero lo que no puedes permitirte es no saberlo.

Porque **no hay libertad** sin conciencia.

Por eso quiero proponerte algo muy simple,
pero muy incómodo si lo haces bien:

Hoy busca 10 minutos.

Sin **móvil**.
Sin **ruido**.
Sin **distracciones**.
Siéntate solo.

Y escribe sin parar respondiendo a esto:

"¿Dónde estoy realmente
en mi vida ahora mismo?"

No lo pienses demasiado.
No lo maquilles.
No escribas lo que te gustaría que fuera verdad.
Escribe lo que es.

Porque ahí empieza todo.

La libertad
no empieza cuando cambias tu vida.
Empieza
cuando dejas de engañarte sobre ella.

Sé libre
por primera vez,

Nos vemos en dos semanas.

LUIS *Iván*