

El que costa és ser valent...

Ser valent no és no tenir por.

És llançar-se, és atrevir-se. És veure la por i reconèixer-la. Saber el seu nom, conèixer la seva cara. Haver-la tingut present de dia i també de nit sabent que no es va enlloc, facis el que facis, diguis el que diguis.

Ser valent és cridar més alt, tancar els ulls i sentir el buit, entrar en contacte amb la incertesa. Sentir que pots morir-te en aquest just instant, però sobreviure, com tantes altres vegades.

Ser valent és fer un salt, saber que hi ha el buit havent calibrat la quantitat d'aigua, sabent que no hi ha res que pugui omplir l'aire que et separa de l'altre costat. És resar tot el que et saps i seguir pensant que et mors.

Ser covard és creure



que pots viure amb aquesta por, que la certesa a l'altra banda està sobrevalorada, que algun dia deixaràs de tenir por i llavors, només llavors, serà el moment. Perquè abans no es pot

fer res al respecte, res més que tenir por. Com si això fos el motiu, tenir por.

La por mai és el motiu. De vegades, la por és l'excusa que ens separa del que volem.

Sílvia Rodríguez Díez
Psicòloga
col·legiada 16.572
KANTOR. Espai
d'Atenció Psicològica
Tel. 93 588 1343
644 008 701

PSICOLOGIA D'ADULTS: CRISIS VITALS
ANSIETAT – DEPRESSIÓ – PROCESSOS DE DOL
TERÀPIA DE PARELLA - SEXOLOGIA
TERÀPIA FAMILIAR PER A ADULTS/ADOLESCENTS



Sílvia Rodríguez Díez
Psicòloga d'adults
Terapeuta de parella
Col·legiada 16.572

KANTOR
Espai d'atenció psicològica

Llobateras 6-10 local 1
(al costat de Regina Carmeli)
Tf. 93 588 21 53/644 008 701
info@espaikantor.org
www.espaikantor.org