

# Cuando reflexionas sobre la libertad, ¿qué ideas o emociones surgen en ti? Es posible que exista una infinidad de maneras de hablar sobre la libertad. Reflexionemos sobre ella. ¿Nos sentimos conectados a nuestra libertad o permitimos que sea truncada?

**La libertad** es el permitirse ser uno mismo, no importa a quienes les perturbe.

**La libertad** es el definirse uno mismo en la jornada de la vida.

**La libertad** es el darse la oportunidad de fluir con la vida, en vez de resistir aquello que no podemos controlar.

**La libertad** es el saber lo que podemos controlar.

**La libertad** es el dejarse guiar por la intuición.

**La libertad** es el vivir apasionadamente.

**La libertad** es el tener la disposición de considerar distintos puntos de vista y expandir nuestra propia visión.

**La libertad** es el darle la bienvenida a los errores y llamarlos “regalos” al proceso de nuestro crecimiento.

**La libertad** es el moverse por esas cualidades tan preciosas de la niñez como lo son la curiosidad y maravilla para que nuestros ojos se mantengan frescos y los corazones abiertos.

**La libertad** es seguir los deseos de nuestro corazón.

**La libertad** es el tratar a otros y nosotros mismos con amabilidad.

**La libertad** es el saber que la serenidad es nuestro derecho y decisión.

**La libertad** es el respetar lo sagrado que es nuestro cuerpo.

**La libertad** es el reconocer la abundancia de maneras para servir al mundo con nuestros talentos y habilidades.

**La libertad** es el permitir que nuestra imaginación, sueños e ideas se transformen en experiencias que sirvan a la humanidad.

**La libertad** es el apreciar la exquisitez en la individualidad y talentos de cada cual, de manera que vivamos en colaboración—en vez de competencia.

**La libertad** es el pausar para captar la “vista panorámica” de la vida una y otra vez para recordar que todos los recursos necesarios para tener un impacto positivo en algo o alguien se encuentran a nuestro alrededor y dentro de nosotros mismos.

**La libertad** es el reemplazar “pero” con “además”—se acaban las excusas.

**La libertad** es el convertir la idea de obstáculos en retos que nos invitan a descubrir de lo que somos capaces para elevarnos a una nueva versión de nosotros mismos y lograr el éxito.

**La libertad** es el saber que estamos en el mundo para prosperar y no solamente sobrevivir.

**La libertad** es el permitir que otros sean quienes son, reconociendo que tienen su propia jornada en la vida y dejar ir la insistente necesidad de que vean las cosas a nuestra manera.

**La libertad** es el celebrar en quienes nos estamos transformando.

**La libertad** es el poseer la confianza, aplomo y elegancia de vivir con integridad en relación a algo, en vez de la angustia presente al pelear por o contra algo.

**La libertad** es el expresar claramente nuestras ideas y sentimientos, mientras hacemos honor a nuestra dignidad y la de quienes nos escuchan.

**La libertad** es el reírse como un niño y tener la habilidad de crear una sensación de gozo mediante la gratitud.

**La libertad** es el apreciar cada nota musical de la vida y las pausas entre cada nota. En esas pausas las posibilidades son infinitas.

**La libertad** es el cantar la canción de nuestras vidas.

