



## ÀMBIT-UNIVERSIT@RT DEL VIURE

### El color del paisatge

Cada vegada que et sentis perduda, confusa, pensa amb els arbres, recorda de quina forma creixen. Recorda que una arbre amb una gran copa i poques arrels és arrancat al primer cop de vent, mentre que, un arbre amb moltes arrels i poca copa, la saba quasi no corre. Les arrels i la copa han de créixer en la mateixa mesura, han d'estar dins de les coses i estar per sobre d'elles, només així podràn oferir protecció, només així, a l'estació adequada es podràn cobrir de flors i fruits.

I després, quan davant teu s'obrin tants camins i no sàpigues quin escollir, no agafis un perquè sí, sinó seu i espera. Respira amb la profunditat confiada que vas respirar el dia que vas néixer, sense que res et distraigui; espera i espera una mica més. Queda't quieta en silenci i escolta el teu cor. Quan et parli, llavors aixeca't i ves on et porti.

Susanna Tamaro

#### Contingut:

Els colors del paisatge	1
Per a què estem vivint?	1
Creixement personal	2
Les frases inspiradores	2



Qui sóc?

Què és el que realment m'importa?

Quines han estat les forces que fins el moment han dirigit la meua vida?

Quin sentit vull donar a la meua vida?

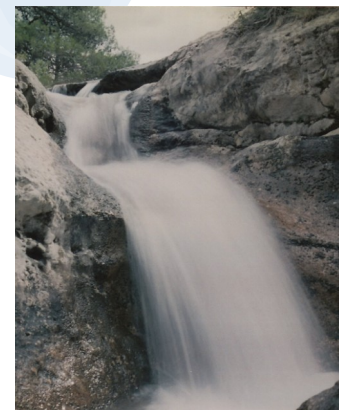
Què em fa sentir bé?

### Per a què estem vivint?

Totes les esperances no poden posar-se en la ciència, la tecnologia i el creixement econòmic. La victòria de la civilització tecnològica també ens ha portat a la inseguretat espiritual. Els seus dons ens enriqueixen però també ens esclavitzen...Tot es converteix en una lluita per a les coses materials, però una veu interior ens diu que hem perdut alguna cosa pura, elevada i fràgil. Hem deixat de veure el propòsit. Ho hem d'admetre, encara que només sigui un xiuxiueig, només per a nosaltres mateixos: en aquesta carrera de la vida a velocitat desenfrenada, per a què estem vivint?

Jaume Soler i M<sup>a</sup> Mercè Conangla

La vida viene a cuento



Per donar-te d'alta o baixa del butlletí, envia un mail a [fundacio@fundacioambit.org](mailto:fundacio@fundacioambit.org)

# Som una meravella

Som únics i una meravella.

Podem viure tota la vida sense adonar-nos que som una meravella, tancats a la presó de la nostra ment i dels nostres prejudicis, obstinats en la recerca d'estatus, encongits per tantes pors i encagats per un orgull que nos ens permet veure més enllà del nostre petit món.

Donem per certs els reflexos que ens tornen els miralls dels altres, sense mirar el nostre propi mirall, i acabem confosos sense saber quina de les imatges que reflecteixen ens correspon.

Sabem qui som?

Ho volem saber realment?

El coneixement ens porta al territori de la responsabilitat i, un cop iniciat aquest camí, no hi ha marxa enrere. Per ser autèntics cal que ens coneguem i que siguem coherents perquè si no vivim com pensem acabarem pensant com vivim.



## Les frases inspiradores

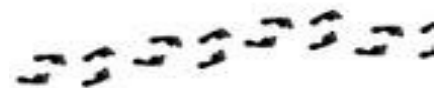
*Ser capaç de tenir cura d'un mateix és requisit previ per a tenir la capacitat de tenir cura dels altres; sentir-se a gust amb un mateix és la condició necessària per a relacionar-se amb els altres.*

Erich Fromm



*Caminar per la vida és anar cap a un mateix i trobar en el camí als altres.*

Víktor Frankl



*Què faràs per a que la teva vida tingui sentit, perquè el viure-la hagi deixat petjada en la infinitat del temps ?*

Sergio Sinay