

---

# Historia Personal

## Pincelada de meditación

Julián Peragón

---



---

## Historia Personal

La historia personal se parece un poco a una casa antigua, un poco destartada, que hay que ir recomponiendo permanentemente. Al igual que le damos un par de manos de pintura a la sala de estar cuando aparecen manchas o humedades, la historia personal hay que ir remachándola a partir de las nuevas expectativas y de la nueva imagen que queremos dar. Hay, sin embargo, muchas versiones de lo que fuimos y ya nos vienen diciendo que hay que escoger la mejor versión de uno mismo. Y podemos pasar del recuerdo triste al alegre, o del rol de víctima al de privilegiado en un santiamén.

La versión que se impone la tenemos que mantener viva con el todopoderoso parloteo mental y con un relato aparentemente coherente y sin fisuras.

El protagonista que todos ensayamos aunque sea delante del espejo necesita su dosis de ser alguien aunque, en el mundo, la mirada externa no regala nada. Se nos pide éxito, destreza, sagacidad, guapura y don de gentes, o sea, casi lo imposible y terminamos por abrillantar la carcasa de lo que somos para ser, al menos, vistos. Formar parte del pelotón de salida en una carrera interminable.

Ahora bien, tenemos también la posibilidad de no jugar al juego. Borrar la historia personal que hemos construido entre realidades y ficciones, y simplemente dejarnos ser. No es nada fácil porque hay que dejar ir por el sumidero la importancia personal que nos permite caminar sin tener que demostrar ya nada, a nadie.

Om Shanti. Julián Peragón