

Textos Patmos
Coaching de Oscar Wilde
Allan Percy
Ed Random Mondadori Barcelona 2011

1. La duda y la incredulidad son sólo el pánico de una imaginación tímida. Todo se puede conquistar con un corazón firme y una mente abierta, que combate al pensamiento único. Pàg 16

2. El amor no obedece leyes, porque es una ley en sí mismo. Pàg 19

3. Ser natural es la más difícil de las posturas. Eugenio D'Ors recomendaba :” Entre dos explicaciones, elige la más clara; entre dos formas , la más elemental; entre dos expresiones, la más breve.”. pàg 28

4. Comportamientos tóxicos : son los que hacen que los demás se sientan devaluados, inadecuados, intimidados, furiosos, frustrados o culpables con nuestros actos. Comportamientos nutritivos: permiten que los demás se sientan valorados, capaces, queridos, respetados y apreciados por nuestra parte. Pàg 35

5 . El tiempo es un rail por el que debe circular el tren de la felicidad. Pàg 45

6. Cuando desatendemos al ego, este gana en ligereza y se eleva como un pájaro ., así: ocuparnos de las cosas , es preferible en lugar de preocuparnos por ellas.. pàg 46

7. Al examinar cualquier situación de conflicto, vemos que su resolución depende de la síntesis que se haya hecho de la misma, es decir, de captar lo fundamental. Pàg 50

8. Si dispones de libertad, libros, flores y la luna...¿ cómo puedes no ser feliz?: Celebra cada mañana como un regalo inesperado; agradece todo lo que abrazan tus sentidos; acéptate como eres; evita juzgar, porque de los juicios brotan los prejuicios. Pàg 52

9. Hay cosas que son preciosas justamente porque duran poco. Quien no sabe disfrutar de lo fugaz, difícilmente podrá disfrutar de la vida, que está compuesta de episodios efímeros. Pàg 63

10. Es bastante difícil no ser injusto con lo que uno ama: es con las personas más cercanas con quienes somos más intransigentes, y lo por lo tanto, más injustos. Nuestro círculo íntimo reclama toda nuestra empatía para evitar los roces que enfrían los lazos de afecto. Pàg 68

11. El estilo es la comuni3n entre nuestro interior y nuestro exterior. Si ambos no est3n en armonia, podemos decir que carecemos de 3l. ...as3 debemos valorar lo que uno es y no presumir de lo que no es, mostrar flexibilidad hacia los puntos de vista ajenos, encajar los golpes con creatividad... p3g 72
12. El pesimismo es la opci3n de los holgazanes, que lo toman como excusa para no hacer nada.
Ser optimista es saber que las cosas pueden salir mejor y que merece la pena intentarlo de nuevo. P3g 75
13. Para pensar debemos desprendernos primero de los lugares comunes y del pensamiento convencional. P3g 81
14. ¿Qu3 es la moda? Es una forma de fealdad tan intolerable que nos vemos obligados a cambiarla cada seis meses...como tambi3n es dif3cil distinguir d3nde est3 el limite entre ser original y hacer el rid3culo. P3g 87
15. La vida no es complicada, somos nosotros los complicados ... el contacto con el exterior implica aprendizaje, pero tambi3n desencuentros e incomprensiones....tenemos una tendencia a hacer dif3cil lo f3cil , lo que nos lleva a complicarlo todo. P3g 93
16. Un proverbio indio asegura que una persona solo posee aquello que no puede perder en un naufragio.... Algunas respuestas: la seguridad que todo fin es un nuevo inicio, las ganas de vivir y de emprender nuevos proyectos, nuestra esperanza que cualquier dificultad, a excepci3n de la muerte, puede ser superada. P3g 98
17. La naturaleza de los deseos acostumbra a ser superficial..se trata de una atracci3n con fecha de caducidad...y si lo tiene todo, ¿para qu3 quiere m3s?. No olvidar que los deseos son insaciables . P3g 104
18. No hay leyes est3ticas que sean v3lidas en todas las culturas...seg3n Oscar Wilde recomendaba a: encontrarse a uno mismo en la obra de arte. P3g 108

Selecci3n de : W. Rowlands B