**Intimidad***por Daniel Jacob*

<http://www.reconnections.net>

Muchas personas evitan la intimidad porque ella involucra la intensidad de experiencia. Cuando estamos “corazón a corazón” o mirándonos a los ojos con alguien, no hay manera de decir lo que podamos sentir. Tal vez sea perfecto y estimulante, o, en algunos casos, incluso puede parecer levemente repugnante. Pero luego, cuando los sentidos se despejan y nos tomamos tiempo para tener una perspectiva de lo que realmente sucedió en esos momentos, o en ese período de la vida, el real beneficio de la intimidad comienza a brillar y se convierte en oro. ¡Ahí es donde se aprenden las lecciones y se expande la sabiduría!

A los Empáticos les resulta algo difícil permitir la intensidad emocional o sensorial durante cualquier periodo de tiempo, incluso las cosas "buenas y placenteras." Pero si aprendemos a confiar en nosotros mismos, a discernir el "ritmo" de nuestra naturaleza sensible, actuando inmediatamente si vemos que las cosas empiezan a "salirse de los parámetros" y entran en el trauma o el entumecimiento, podemos restablecer la confianza en nuestra propia "forma de ser", y sentirnos bien respecto a abrirnos en estrecho contacto con alguien.

Copyright, 2009, Daniel Jacob. Publicado en Facebook el 7.10.16 – Reservados todos los Derechos. Se puede copia y compartir con el propósito de un crecimiento personal y/o investigación, en tanto se incluya el sitio y los derechos de autor. Toda reproducción con fines de lucro, por cualquier medio, requiere el permiso escrito de Reconnections, Inc.

Traducción: Susana Peralta

Sitio oficial de Daniel Jacob en español [www.manantialcaduceo.com.ar/libros.htm](http://www.manantialcaduceo.com.ar/libros.htm)