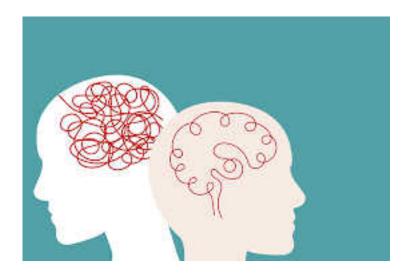
Ingenio de la salud mental

Categoría: 156-Usos Múltiples

Publicado: Sábado, 02 Septiembre 2023 12:55 Escrito por José de Jesús González Almaguer



Ingenio (RAE) 4. Industria, maña y artificio de alguien para conseguir lo que desea.

- 1. La salud mental de las personas es contagiosa.
- 2. La salud mental es una riqueza personal que crece socialmente al compartirla.
- 3. La salud mental es capaz de producir arte, pero su primer fruto es crear armonía en la vida personal.
- 4. La salud mental no es un don o un privilegio, ni es definida por la sociedad. Es algo que sientes y vives, pero solo al hacerte consciente de tu salud mental, es que la valoras en plenitud.
- 5. La salud mental es brújula, pero no un reloj. Orienta tu vida, pero no marca los tiempos: No es Oeste, ni peste; no es Este, ni aquel; no es Norte, es porte; no es Sur, sino ser.
- 6. La salud mental incrementa la sinestesia en la vida personal.
- 7. La salud mental es como el horizonte: si te propones avanzar hasta alcanzarlo, al poner los pies en ese tiempo y lugar,

Pálido Punto de Luz

Claroscuros en la educación

Ingenio de la salud mental

Categoría: 156-Usos Múltiples

Publicado: Sábado, 02 Septiembre 2023 12:55 Escrito por José de Jesús González Almaguer

descubrirás que un nuevo horizonte se abre ante tu vida. Es en el recorrido y no en la meta que se vive en salud mental. Se encuentra en el presente y no en el futuro.

- 8. La salud mental es tránsito, no trance. Es inagotable, aunque nos parezca finita.
- 9. La salud mental no te libra del dolor, de las lágrimas, de los desamores, de las tristezas, de los fracasos, de las ausencias.
- 10. La salud mental no es calor, es color; no es colección, es elección; no es pasar, es asear; no es pago, es mago; no es alguien, es quién; no es alguna, es laguna; no es frío, es río; no es pasión, es acción; no es verdad, es libertad; no es certeza, es entereza; no es calendario, es milagro diario.

jjesusalmaquer@qmail.com

Docente de la Facultad de Estudios Superiores Acatlán y del Colegio de Imagen Pública. Ha realizado intervenciones como consultor y brindado capacitación tanto en el sector privado como público y el tercer sector. Su trabajo profesional le ha llevado a recibir distinciones internacionales. Ha participado en once libros especializados en español y uno en inglés. Lic. En Periodismo y Comunicación Colectiva, Maestría en Educación, estudios de Maestría en Comunicación Institucional, Especialista en Valores, estudios doctorales en Humanidades y estudios doctorales en Innovación y Responsabilidad Social.