

CERTAMEN DE RELATOS CORTOS
TERCER PREMIO

SOLEDAD

La soledad se puede interpretar por lo bueno o por lo malo. Es la amiga del solitario y la hija de la tranquilidad. El bulling, los divorcios, malas amistades y la mala salud son sus malos compañeros. Es la hermana del silencio, su padre es Dios y su madre es la paz.

SOLEDAD BENEFICIOSA: Somos seres humanos y no todos somos iguales. Entra dentro de nuestra personalidad. Es normal que la gente después de trabajar quiera descansar sola y en silencio. Nuestro cuerpo nos lo pide. Somos como pilas de energía. Nos levantamos al 100% y con el paso del tiempo nuestra pila mental se va vaciando. Por eso todas las autoridades médicas la recomiendan. Todas las personas tenemos una corteza prefrontal en el cerebro superdesarrollada que desde que nos levantamos hasta que nos acostamos la mantenemos muy activa y si no la recargamos en un momento dado (siesta-suscurrillo) sentiremos toda una fatiga mental que hará que se nos metabolice todo un aminoácido esencial (glutamato) es lo que nos avisa de que nos estamos saturando tras haber estado muy ajetreados en nuestras labores cotidianas o laborales y debemos de aportar la melatonina (hormona del sueño) que nos regenera energía para que sigamos disfrutando plenamente de lo que nos queda de día. En caso de que nos repongamos y no tengamos nada que hacer, es muy recomendable, ponerse a leer un libro, darse un paseo, hablar con otras personas, hacer deporte, cuidar plantas o animales, ir a misa, etc. Siempre tenemos cosas que hacer, aunque haya cereza;) pero la recompensa siempre será la buena de la buena, porque como ya sabemos su padre es Dios, el que siempre está con nosotros.

SOLEDAD NOCIVA: Este caso es lo que es demasiado complejo. Depende mucho de la personalidad de cada uno. Actualmente, todos nos merecemos ser queridos y amados de corazón. Es lo que más necesitamos. Si no tuviéramos materialmente todo lo que tenemos y fuésemos queridos, amados y acompañados como cuando Cristo evangelizó nos daríamos cuenta de que lo que más nos hace falta en esta vida es el amor de las personas y seríamos felices con nuestra familia y todos y cada uno de nuestros seres queridos. Siempre el bulling, divorcios, malas amistades, mala salud y demás, son las espinas, los malos compañeros de esta soledad que atrae mucho miedo, incertidumbre, pesimismo y el ser infiel a las personas. Las personas que lo vivan o que lo hayan vivido, como dice el refrán: "Mejor solo que mal acompañado" pero, sinceramente, la solución no debe de ser esa. Siempre que hay vida hay esperanza con su remedio. ¡Viva la Virgen de Los Remedios! A lo que hay que

**CERTAMEN DE RELATOS CORTOS
TERCER PREMIO**

procurar es siempre hacer el bien a los demás. El sociabilizarse no es siempre fácil y más todavía si padecemos enfermedades que nos impersonalizan y nos sentimos inseguros e indecisos por toda la medicación que tomamos. Toda la sociedad debe de tener toda esa buena intención porque es lo que, personalmente nos agranda el corazón y lo que más nos hace ser testigos de Cristo, nuestro creador que dio su vida por y cada uno de nosotros.

VCS