

PRÓLOGO

Jon Z

Buenos días, Jon

Bienvenido a nuestra primera sesión psicológica

Mi nombre es Camila Cienfuegos y seré tu terapeuta

Me gustaría que te recostaras en el sillón y cerraras tus ojos

Respira suavemente por la nariz

Y exhala por la boca

Imagina que toda la tensión acumulada en el cuerpo sale con cada escalación

Y que con cada inhalación absorbes toda la energía positiva de tu alrededor

Te haces llamar loco, humilde y real

¿Para ti qué es ser una persona real?

No aparentar y ser tu mismo

Y no tratar de ser otra persona o alguien quien tú no eres

Pero, para ser real tú tienes que conocerte primero

Si tú no te conoces, tú nunca vas a poder ser real

¿Y tú te consideras una persona real?