



UNA LECTURA QUE CONTINÚA CONTIGO

El libro de lo que viene

Ocho lecturas para mirar
tu vida y abrir posibilidades

*Tu futuro también
se escribe contigo.*

IRIA VALDÉS

LECTURAS, RITUALES Y POSIBILIDADES

01



Has llegado hasta aquí

Una carta de Iria

Quizá llegas con una pregunta que vuelve, un deseo que pide sitio o una decisión que aún no tiene forma. Podemos empezar por ahí.

He preparado estas lecturas como una mesa a la que acercarnos con calma. Cada símbolo abre una parte de tu vida: lo que ocurre, lo que imaginas, lo que deseas y los caminos que puedes explorar.

Primero te mostraré una situación cotidiana. Después te acompañaré a mirar la tuya, con indicaciones y ejemplos. A veces elegirás una opción; otras harás una pausa o escribirás unas frases.

No tienes que completar todo el libro ni llevar siempre la misma pregunta. Puedes recorrerlo en orden o volver a la lectura que hoy te ayude. Cada una incluye lo necesario para empezar.

Las cartas iluminan el camino, pero eres tú quien lo recorre.

Iria Valdés



El mapa de esta lectura

Puedes recorrerlas en orden o elegir la que hoy te ayude.

- | | | |
|----|--|----|
| 01 | El umbral | 05 |
| | Para reconocer qué pide tu atención. | |
| 02 | El espejo | 09 |
| | Para distinguir lo que sabes de lo que imaginas. | |
| 03 | La brújula | 13 |
| | Para reconocer qué quieres cuidar. | |
| 04 | Las mareas | 17 |
| | Para escuchar lo que sientes sin apresurarte. | |
| 05 | Las puertas | 21 |
| | Cuando no sabes por dónde seguir. | |
| 06 | El hilo | 25 |
| | Para encontrar palabras con las que acercarte. | |
| 07 | La semilla | 29 |
| | Para dar una forma pequeña a lo que deseas. | |
| 08 | La estrella | 33 |
| | Para reconocer lo que tu experiencia te enseña. | |

Empieza donde tenga sentido para ti

Cada lectura trae su ejemplo y sus indicaciones. Puedes volver con una pregunta distinta o quedarte solo con una página.



Prepara tu mesa

Unas indicaciones para acompañarte, sin convertir el libro en otra obligación.

- 1 **Elige algo concreto**
Piensa en una situación de tu vida: una tarde que quieres recuperar, una conversación o una posibilidad que te llama.
- 2 **Mira primero el ejemplo**
Te mostraré qué se propone y cómo podría hacerse. Después podrás llevarlo a tu propia situación.
- 3 **Haz solo lo que te sirva hoy**
Puedes leer, marcar, responder en voz baja o escribir. No hace falta llenar todos los espacios para que la lectura tenga sentido.



Estrella

Te muestro una lectura o un ejemplo.



Luna

Te propongo una pausa.



Llave

Eliges, escribes o preparas un paso.

En pantalla o en papel

Puedes escribir en los espacios con un lector de PDF compatible o imprimir las páginas. Guarda una copia para conservar tus respuestas.