

En esta conferencia, y desde mi **EXPERIENCIA VITAL**, quiero hablar de algo por lo que cada día que pasa y cuanto más mayor me hago, más **APRECIO Y VALORO**: del **AMOR POR EL APRENDIZAJE PERMENEENTE**, es decir, de ese **FUEGO CREATIVO**, que para mí es **LA CURIOSIDAD, LA CAPACIDAD DE ASOMBRO, Y LAS GANAS DE APRENDER**, entre otras cosas porque todo esto es lo que nos puede ayudar a **APRECIAR, AMAR, CUIDAR, PROTEGER Y VALORAR** y, en consecuencia, a mantener Ilusionado y Activo, **DURANTE TODA LA VIDA**, a ese **DIAMANTE, JOYA, MARAVILLA**, que para mí es el CEREBRO

Por eso, para mantener Ilusionado y Activo, **DURANTE TODA LA VIDA**, este **DIAMANTE, JOYA, MARAVILLA**, que es el CEREBRO, para evitar que se convierta en MECÁNICO, en un MANOJO DE HÁBITOS, en un MERO ORDENADOR, y, en consecuencia, para **DEJAR DE VIVIR EN LA OSCURIDAD**, hemos de **CREAR, AÑADIR Y CONSTRUIR FUTURO**, en lugar de *limitarnos únicamente a quedarnos cómodamente sentados en el sofá, o en el sillón, esperando a que el FUTURO llegue*. Y es que, lo que seas dentro de seis meses, de un año, de diez, de quince, va a depender de lo que hagas HOY, entre otras cosas porque **EL FUTURO ES HOY**, siendo todo esto lo que nos podrá ayudar a **DARNOS CUENTA** de que **APRENDER ES CREAR, ES CREARSE, ES VIVIR**

“Deberíamos tomarnos algún tiempo para quedarnos asombrados ante la Naturaleza”, nos decía RICHARD FEYNMAN, uno de los Científicos y Físicos más brillantes del siglo XX, una Persona enamorada de la VIDA y del SABER

“La Vida es en realidad una preparación para el FUTURO, y la mejor preparación para el FUTURO es VIVIR como si no hubiese ninguno”, nos decía ALBERT EINSTEIN

“Las que nos deberían de preocupar no son las arrugas del cutis sino las del Cerebro”, nos decía Santiago Ramón y Cajal

“En lugar de AÑADIR AÑOS a nuestra VIDA, es mejor AÑADIR VIDA a nuestros años”, nos decía RITA LEVI MONTALCINI, una Gran Mujer, Científica y Neurobióloga; es decir, añadido yo, en base a estas BELLAS y PROFUNDAS palabras de RITA LEVI MONTALCINI: **EN LUGAR DE**

LIMITARNOS ÚNICAMENTE A LLENAR NUESTRA VIDA DE AÑOS, ES MEJOR QUE NOS DEDIQUEMOS A LLENAR NUESTROS AÑOS DE VIDA, y para LLENAR NUESTROS AÑOS DE VIDA, LA CURIOSIDAD, LA CAPACIDAD DE ASOMBRO, Y LAS GANAS DE APRENDER SON FUNDAMENTALES, siendo éste el MENSAJE DIRECTO Y PROFUNDO que quiero transmitir a lo largo de toda esta conferencia y de la siguiente, en la que quiero hablar de **MEDITACIÓN, DISCERNIMIENTO Y RESILIENCIA, PARA OPTIMIZAR LA VIDA Y EL VIVIR**

Terminaremos esta conferencia con un Ejercicio Guiado de Meditación Profunda

MOISÉS FERNÁNDEZ FERNÁNDEZ, ORDENANZA DEL CONSERVATORIO PROFESIONAL DE MÚSICA "TOMÁS LUIS DE VICTORIA" DE ÁVILA.