



Seeds is a quarterly journal of the community of Monteverde, Costa Rica, through which ideas, experiences, and information can be shared within the canton and beyond.

IN THIS ISSUE

Tim Lietzke

Kris Fleming, now a member of our editorial team along with recently arrived Tom Cox, offers this issue's biographical sketch of his and Marie's journey into relationship and subsequently to the establishment of a home in Monteverde.

The authors of articles on this issue's theme of "inspiration" discuss inspiration in the creative process and for making changes in their lives. All see the need for openness to being inspired as the sine qua non. We hope you find inspiration in what they have to say.

The next issue's deadline is March 1 and will be on the theme of "rebirth, regeneration". Please send submissions to the Seeds gmail address. They can be short pieces or longer feature articles. They can take the form of essays, poetry, interviews, multi-author discussions, etc. Thank you for sharing your thoughts and experiences with the community of readers.

EN ESTE NÚMERO

Tim Lietzke

Kris Fleming, ahora miembro de nuestro equipo editorial junto con el recién llegado Tom Cox, ofrece el esbozo biográfico de este número acerca del viaje de Marie y él hacia su relación y, posteriormente, a la decisión de establecerse en Monteverde.

Los autores de artículos sobre el tema de la "inspiración" de este número discuten la inspiración en el proceso creativo y para hacer cambios en sus vidas. Todos ven la necesidad de estar abiertos a la inspiración como condición sine qua non. Esperamos que encuentre inspiración en lo que tienen que decir.

La fecha límite del próximo número es el 1 de marzo y será sobre el tema de "renacimiento, regeneración". Envíen sus artículos a la dirección de gmail de Semillas. Pueden ser artículos cortos o más largos. Pueden tomar la forma de ensayos, poesía, entrevistas, discusiones entre varios autores, etc. Gracias por compartir sus pensamientos y experiencias con la comunidad de lectores

“INSPIRATION DOES EXIST, BUT IT MUST FIND YOU WORKING.”

—PABLO PICASSO

Managing Editor: Tim Lietzke

Seeds Committee: Mike West, Tom Cox, Kris Fleming, Ran Smith

March theme: Regeneration/Rebirth

Pitch or submit an article, poem, story, artwork, etc. to SeedsMFM@gmail.com.

Deadline for submissions: February 28, 2022

OUR JOURNEY TO MONTEVERDE

By Kris Fleming, with Marie-Caroline Vallée



Kris and Marie, and their future home

Since the first time I spoke to Marie, I had a thought: *This could be something special.*

It had been seven years since I had left my hometown of Toronto, Canada, on a quest for greater meaning and life purpose. Travelling and working my way through foreign lands provided me with the life lessons and tools I had set out to find and I felt the time had come to return home to reconnect with my family. One day before my flight home, a number of synchronistic events allowed Marie and me to meet over apple pie in a café in Boudhannath, Nepal. A common friend had suggested that we should meet, and so, as we had both finished our respective retreats and found ourselves in the same neighborhood of Kathmandu, the stars aligned for our encounter. Twenty-four hours was all it took for both of us to realize that there was something deeper to discover between us. The following day, we said goodbye; I boarded a plane back to Canada and Marie began a ten-day, silent Vipassana retreat in the mountains.

After those ten days, when we spoke by telephone, it was clear that another meeting was in the works. Before long, Marie flew to meet me in Canada, and we have been on this journey together in search of community ever since. That was four years ago, when we made our first efforts to settle in Canada, choosing Montreal as a home in which to grow into being a couple. Taking our time, we explored the wildernesses of Quebec and northern Ontario, while also reaching into ourselves to discover what we sought for our future. As the cold winter subsided and our spring garden began to grow, it became clear that self-reliance in the production of pure, organic food was an important value to us both. We imagined a future in which we could

grow our sustenance year-round, so we began investigating potential regions in the world where we would be able to do so in a free and supportive society.

Unsurprisingly, Costa Rica was mentioned to us on a few occasions and our investigations into the country led us to believe that it could be a good fit. The emphasis on conservation and reforestation inspired us, the idea of a country without a military gave the impression of an underlying peacefulness, and the ability to become a landowner with the same rights as a citizen encouraged us to visit. We made our decision wholeheartedly to seek something better for our future, and without haste, we began to sell most of our possessions and envision an exit strategy from city life.

After a year of working in Montreal, we felt it was the right time to further develop in our practice of yoga and meditation in the sacred lands of Hindustan (India). Six months of travel throughout the country, visiting sacred temples and deepening our spiritual practice, allowed us to rule out India as a potential place to call home. Although enticing at times, the chaotic nature of the country left us wanting, so we made our way to Costa Rica in the early days of June 2019.

Our one and only contact before arriving was established during our time in India. After participating in a Vipassana course, a teacher there provided us with the contact information of the designated Costa Rican Vipassana teachers. It wasn't much to go on but it was enough to lead us to our new home. Upon arriving, we reached out to them and were put in touch with a family in the Zona Sur, where we stayed to help on their farm. For the first four months, we lived

in the valley of San Gerardo de Rivas, near Pérez Zeledón. As much as we enjoyed the Zona Sur, there was something that didn't quite fit. It was there we realized that what we sought was not just a place to grow our own food. We also longed for a supportive community that shared our spiritual values. Often, we felt alone and without a true direction in our search, and patience wasn't always easy to find. We began to enlarge our search toward other parts of the country: the Pacific coast, Central Valley, and Caribbean coast, while doing our best to assist within the Vipassana community of Costa Rica. We had little to show for five months of searching and began to lose motivation.

As our minds wandered toward the future, we began considering other countries, maybe Ecuador or perhaps Southern Europe. It was the end of October and the rainy season was making things complicated for us. As we dwelt on our next move, a meditator who lives in Monteverde invited us to visit. We arrived in Monteverde in the wettest month of the year and with little enthusiasm, but we made it.

Little by little, we felt the doors begin to open for us. Upon visiting the Meeting, we felt at home, warmly welcomed by the likes of Paul Smith, among others. Our friendship with Paul grew instantaneously over those initial months, and his willingness to share with us in any way possible was a true inspiration. Attending the weekly Sunday meeting showed us that at the core of the community lay a set of strong and honest values formed by a lifetime of community building.

The Quaker values, we learned, were in harmony with our own, and so, we considered the possibility that we had found a potential place to call home.

We still had doubts, as the weather wasn't ideal! But, overall, we had a good sense that we could be happy here. The simple yet dynamic nature of Monteverde surprised us with each step we took, from Rio Chante to the potlucks, from music nights at Guarumo to movie nights at Caburé, as well as the many other community-sharing events, Monteverde had a lot going for it. (It'll all be back soon, let's hope!) We naturally decided to let go of further searching and began integrating ourselves into this special town.

After a visit to Canada for Christmas, we returned knowing that Monteverde was for us. Soon afterward, we were offered a small but beautiful plot of land in the heart of the community. We were ready to make a commitment and so, in February 2020, one month before the pandemic struck, we purchased that land.

The challenges have been ample in settling here over the past two years, but the strength of the Monteverde community and our sense of belonging has not allowed doubt to enter our minds as to our decision to settle here. Even throughout the difficult year that has been, a sense of inclusion continues to grow within us, and we are happy to have been invited to participate in this special place. Thank you to all who have made the Monteverde community a gem among gems. We are forevermore grateful!

NUESTRO CAMINO A MONTEVERDE

Por Kris Fleming, con Marie Vallée

(traducido por Sebastián Ruiz)



Kris y Marie, y su futuro hogar

Desde la primera vez que hablé con Marie, tuve un pensamiento: *esto podría ser algo especial*.

Hacia siete años que había dejado mi ciudad de Toronto, Canadá, en una búsqueda por un sentido mayor y un propósito de vida. Viajar y hacer mi camino en tierras foráneas me brindó las lecciones de vida y herramientas que me había propuesto buscar y sentí que el tiempo había llegado de regresar a casa para reconectar con mi familia. Un día antes de mi vuelo a casa, una serie de eventos sincrónicos permitieron que Marie y yo nos encontráramos para tomar una tarta de manzana en un café en Boudhannath, Nepal. Un amigo en común sugirió que nos conociéramos y, al haber terminado nuestros respectivos retiros y encontrarnos en el mismo barrio de Katmandú, las estrellas se alinearon para nuestro encuentro. Veinticuatro horas fueron todo lo necesario para que comprendiéramos que había algo más profundo para descubrir entre nosotros. El siguiente día, nos dijimos adiós; abordé un avión hacia Canadá y Marie comenzó un retiro Vipassana de diez días en silencio en la montaña.

Al cabo de esos diez días, cuando hablamos por teléfono, fue claro que un nuevo encuentro se estaba gestando. En poco tiempo, Marie viajaba para encontrarnos en Canadá y desde ese entonces hemos estado en esta jornada, en busca de comunidad. Fue hace cuatro años que hicimos nuestro primer esfuerzo de establecernos en Canadá, escogiendo Montreal como una casa en la cual crecer como pareja. Tomando nuestro tiempo, exploramos las tierras salvajes de Quebec y el norte de Ontario, mientras mirábamos hacia dentro de nosotros mismos para descubrir lo que buscábamos para nuestro futuro.

Cuando el frío invierno pasó y nuestro jardín de primavera comenzó a crecer, se volvió claro que la autosostenibilidad en la producción de alimentos puros y orgánicos era un valor de gran importancia para nosotros. Imaginamos un futuro en el que pudiéramos cultivar nuestro sustento durante todo el año, por lo que comenzamos a investigar regiones del mundo en las que potencialmente pudiéramos hacer esto en una sociedad libre y que nos brindara apoyo.

No fue sorprendente que el nombre de Costa Rica fuera mencionado en algunas ocasiones y nuestras investigaciones sobre este país nos llevaron a pensar que podría ser una buena opción. El énfasis en conservación y reforestación nos inspiró, la idea de un país sin ejército nos dio la impresión de una paz subyacente y la posibilidad de obtener tierras con los mismos derechos que los ciudadanos del país nos motivó a realizar una visita. Tomamos nuestra decisión de corazón para buscar algo mejor para nuestro futuro y, sin apresurarnos, comenzamos a vender la mayoría de nuestras posesiones para visionar una estrategia de escape de la vida de ciudad.

Después de un año de trabajar en Montreal, sentimos que era el momento adecuado para profundizar en nuestra práctica de yoga y meditación en las tierras sagradas de Indostán (India). Seis meses de viaje a lo largo del país, visitando templos sagrados y profundizando nuestra práctica espiritual nos permitió descartar a la India como un lugar potencial para llamar hogar. Aunque tentador por momentos, la naturaleza caótica del país nos dejó queriendo más, por lo que hicimos nuestro camino a Costa Rica en los primeros días de junio del 2019.

Nuestro único contacto antes de llegar se había establecido durante nuestro tiempo en India. Luego de participar en un retiro de Vipassana, un profesor nos brindó información del contacto de los profesores designados de Vipassana en Costa Rica. No era mucho, pero suficiente para llevarnos a nuestro nuevo hogar. Al llegar, los contactamos y a su vez nos pusieron en contacto con una familia en la zona sur, donde nos quedamos para ayudar con su finca. Durante los primeros cuatro meses vivimos en el valle de San Gerardo de Rivas, cerca de Pérez Zeledón. Si bien disfrutamos montones de la zona sur, había algo que no terminaba de calzar. Ahí también nos percatamos que no sólo buscábamos un lugar para cultivar nuestra propia comida. También añorábamos una comunidad de apoyo que compartiera nuestros valores espirituales. Frecuentemente nos sentimos solos y sin una dirección verdadera en nuestra búsqueda y la paciencia no siempre era fácil de encontrar. Comenzamos a expandir nuestra búsqueda hacia otras partes del país: la costa pacífica, el valle central y la costa caribeña, a la vez que haciendo nuestro mejor esfuerzo para participar en la comunidad Vipassana de Costa Rica. Durante cinco meses de búsqueda tuvimos poca suerte y comenzamos a perder motivación.

Reflexionando hacia el futuro, comenzamos a considerar otros países, como Ecuador o quizás el sur de Europa. Era el final de octubre y la estación de lluvia hacía las cosas complicadas para nosotros. Así como ponderábamos nuestro siguiente movimiento, un meditador que vive en Monteverde nos invitó a visitar. Llegamos con poco entusiasmo a Monteverde, en el mes más lluvioso del año, pero lo conseguimos.

Poco a poco, sentimos que las puertas se comenzaban a abrir para nosotros. Al visitar la Reunión, nos sentimos en casa, calurosamente bienvenidos por personas como Paul Smith, entre otros. Nuestra amistad con Paul creció instantáneamente a lo largo de esos meses iniciales y su apertura a compartir con nosotros de todas las maneras

posibles fue una verdadera inspiración. Atendiendo la reunión semanal los domingos nos mostró que al centro de la comunidad yacía un conjunto de valores fuertes y honestos formados por un largo tiempo de construcción de comunidad. Los valores cuáqueros, aprendimos, estaban en armonía con los nuestros y, así, consideramos la posibilidad de haber encontrado un lugar para llamar hogar.

Aún teníamos dudas, ya que ¡el clima no era ideal! Pero tuvimos un sentido global de que podríamos ser felices en este lugar. La naturaleza simple y dinámica de Monteverde nos sorprendió en cada paso que tomamos, desde RioChante a las comidas compartidas, desde las noches de música en Guarumo a las noches de película en Caburé, así como en muchos otros encuentros comunitarios, Monteverde tenía mucho a su favor. (¡Todo volverá pronto, esperemos!). Decidimos naturalmente abandonar la búsqueda y comenzamos a integrarnos en esta especial ciudad.

Después de una visita a Canadá para Navidad, regresamos sabiendo que Monteverde era para nosotros. Poco tiempo después, nos ofrecieron un pequeño pero hermoso lote de tierra en el corazón de la comunidad. Estábamos listos para tomar un compromiso y entonces, en febrero del 2020, un mes antes de que la pandemia golpeara, compramos el terreno.

Los desafíos han sido muchos al asentarnos aquí en los últimos dos años, pero la fuerza de la comunidad de Monteverde y nuestro sentido de pertenencia no ha permitido que nos entren dudas respecto a nuestra decisión de asentarnos aquí. Aún a lo largo del difícil año que ha sido, un sentido de inclusión continúa creciendo dentro nuestro y somos felices de ser invitados a participar en este lugar especial. Gracias a todas las personas que han hecho la comunidad de Monteverde una gema entre gemas. ¡Estamos eternamente agradecidos!

INSPIRATION THROUGH BROKENNESS

By Tom Cox

“Sometimes you wake up. Sometimes the fall kills you. And sometimes, when you fall, you fly.”

—Neil Gaiman



Tom and Jean celebrate their arrival in Costa Rica

One of the longest running television commercials in U.S. history was created to herald the benefits of hard work and dedication to one’s craft, but I believe it lasted so long because it struck a chord with America’s zombie-like addiction to a grueling routine that saps the soul and rarely delivers on the promises of reward and satisfaction that are supposed to accompany the American Dream.

In the ad, Fred the Baker’s alarm clock rings in the early morning darkness. Immediately, Fred, played by sleepy-eyed character actor Michael Vale, opens his eyes and begins his droning mantra: “Time to make the donuts.” He continually repeats this monotone catch phrase as he gets ready for work in a trance-like state. As he leaves the house, he mumbles, “I bet the guys who make the supermarket donuts are still in bed.”

The ad ran from 1981 until Dunkin’ Donuts rebranded themselves in 1997. It highlighted why their product was so popular. But for many American viewers, I think it also captured the reality of their lives. For them, “time to make the donuts” was symptomatic of a life spent on a repetitive, mind-numbing hamster wheel of meaningless productivity for someone else’s profit. They felt seen.

Often over the past decade, my wife, Jean, and I have often talked, dreamed, and schemed of living abroad. Jean had been a Spanish teacher for fifteen years in the Chicago area before we relocated to Pittsburgh for my job as managing editor at a Christian publishing company. Our international travels, as well as our participation in a collaborative project with indigenous communities in Chiapas, Mexico, through the Presbyterian Church, stirred those desires even more. Then there was our dismay at America’s political strife as well as its love affair with gun culture. Our spirits felt stifled in our home country as it seemed we constantly settled for productivity instead of peace, materialistic gains instead of meaningful lives, insanity instead of inspiration. Still, for all our talk and dissatisfaction, I’m not sure

we ever would have awakened from the safety of our “time to make the donuts” slumber had it not been for COVID.

The pandemic still had that new crisis smell when I was unceremoniously laid off in March 2020 after fifteen years on the job. I never saw it coming. This set off a quarterly wave of loss over the next year. Three months later, my 83-year-old father passed away from COVID. I helplessly watched from two thousand miles away as he went to the hospital with an infection, tested negative upon discharge, but then contracted the virus at a physical rehabilitation facility. In his weakened state, he faded quickly and was gone in a week. No funeral or family gathering was ever possible. It was like he just disappeared. Three months later, Jean’s mother passed, not from the virus but from the isolation of her Alzheimer’s facility. Three months after that, our beloved seventeen-year-old dog, Belle, passed away from...well...from being a seventeen-year-old dog.

I write this not to incite your pity. We were among the fortunate ones. So many had it so much worse. Our house was paid off, so we never forfeited on a mortgage. Jean still had a job with healthcare and was able to work from home. I was able to collect unemployment and scrounge some freelance editing work. We paid our bills. We never had to wait in food pantry lines. We didn’t have children who missed out on school, activities, and friends. And neither of us ever became sick—not even the sniffles.

If anything, the pandemic, and all the loss we suffered as a result, triggered a reboot of our human operating systems. We were now free. We were not going back to “making the donuts.” We were awakened, inspired to find a better way of living.

During the quarantine, we looked at many other countries in which to retire—Spain, Portugal, France, Panama, Mexico, Ecuador—but we centered on Costa Rica because the people there seemed to better embody the values of peace, health, sustainability, and egalitarianism we were pursuing. We settled on Monteverde for the biodiversity, the

cooler temperatures, and the inspiring story of its Quaker founders. We were not Quakers but we had been practicing various forms of contemplative spirituality. After years of church programs and sermons, many of which I planned and worked to provide, we both discovered that we now find God much more in silence and in nature than in noise and the words of men. Plus, my aunt is a long-time Quaker and one of our favorite people on the planet.

We have been in Monteverde for four months now. I won't say that life here hasn't required some adjustment to a new normal. Of course it has. But each day we are discovering continuous sources of inspiration in the now—the incarnate moment. A butterfly on a flower. The peculiar sound of a bird. A conversation with a new acquaintance. We are endlessly inspired by those who have endured here for decades as well as by fellow newbies who have been drawn here by their examples and who strive to live out their values. But I must say, I'm not confident we ever would have followed through on the inspiration to quit our lives and seek a better way of living had the pandemic and all that loss not occurred.

I am no longer one to animate God into human form as someone who plans life events for the purpose of getting us to do something. I believe you will find God no matter where you go or what you do. And, obviously, one is not required to move halfway around the

world to awaken to new inspiration. But I also know that waking up often requires a good shaking. The mystics refer to it as “order, disorder, reorder.” Religion calls it “life, death, resurrection.” I believe the pandemic provided the push that propelled us out of our ordered nest, launched us into chaos, and inspired us to discover flight. For us, that meant Monteverde.

Inspiration is found in many forms. It often comes from people we look up to or from a skill we desire to master because it fuels our passions. For us, inspiration happened to come from sorrow and brokenness. I highly recommend the former rather than the latter, but if you find yourself walking that painful, lonely road, I urge you not to look for quick fixes or shortcuts leading to a less painful path. Walk it out. Allow it the time to teach and to lead you. Allow it even to inspire you to awaken to a new way of living.

It is too early for me to speculate about what this move will mean for our lives, but I feel confident that we have listened to God in our grieving and have positioned ourselves in the right place at the right time for inspiration to do its healing and restorative work in our new, day-to-day lives. We are so grateful you have welcomed us into your community, and we wait with eager anticipation to see how it all plays out. Pura vida.

INSPIRACIÓN POR QUEBRANTAMIENTO

Por Tom Cox

(traducido por Jean Cox)

“A veces te depiertas. A veces la caída te mata. Y a veces, cuando te caes, vuelas.”

—Neil Gaiman



Uno de los comerciales de televisión de mayor duración en la historia de los EEUU fue creado para proclamar los beneficios de trabajo duro y la dedicación a su artesanía, pero creo que duró tanto tiempo porque tocó una fibra con la adicción zumbante de los EEUU a la rutina durísima que agota el alma y raramente cumple las promesas de recompensa y satisfacción que deben acompañar El Sueño Americano.

En el anuncio, suena el despertador de Fred el Panadero en la oscuridad de la madrugada. Fred, el papel hecho por el actor de personajes con los ojos soñolientos Michael Vale, abre los ojos y empieza su mantra zumbante: “Hora de hacer las donas.” El repite continuamente la frase del eslogan mientras se prepara para el trabajo en un estado de trance. Cuando sale de la casa, murmura:

"Apuesto a que los tipos que hacen las donas del supermercado todavía están en la cama."

El anuncio se publicó desde 1981 hasta que Dunkin' Donuts se renombró a sí mismo en 1997. Para ellos, destacó por qué su producto era tan popular. Pero para muchos espectadores estadounidenses, creo que también capturó la realidad de vivir la vida en una rueda de hámster repetitiva y entumecedora de productividad sin sentido para el beneficio de otra persona. Se sintieron vistos.

A menudo, durante la última década, mi esposa, Jean; y yo hemos hablado, soñado y conspirado para vivir en el extranjero. Jean había sido profesora de español durante quince años en el área de Chicago antes de mudarnos a Pittsburgh para mi trabajo como gerente editor en una editorial cristiana. Nuestros viajes internacionales, así como nuestra participación en un proyecto de colaboración con comunidades indígenas en Chiapas, México, a través de la Iglesia Presbiteriana, despertó aún más esos deseos. Luego estaba nuestra consternación por la lucha política de Estados Unidos, así como por su historia de amor con la cultura de las armas. Nuestros espíritus se sintieron sofocados en nuestro país de origen, ya que parecía que constantemente nos conformábamos con la productividad en lugar de la paz, las ganancias materialistas en lugar de vidas significativas, la locura en lugar de la inspiración. Aún así, a pesar de toda nuestra charla e insatisfacción, no estoy seguro de que alguna vez hubiéramos despertado de la seguridad de nuestro sueño "tiempo para hacer que las donas" si no hubiera sido por COVID.

La pandemia todavía tenía ese nuevo olor a crisis cuando me despidieron sin ceremonias en marzo de 2020 después de quince años en el trabajo. Nunca lo vi venir. Esto desató una ola trimestral de pérdidas durante el próximo año. Tres meses después, mi padre de 83 años falleció de COVID. Observé impotente desde dos mil millas de distancia cómo iba al hospital con una infección, dio negativo al alta, pero luego contrajo el virus en un centro de rehabilitación física. En su estado debilitado, se desvaneció rápidamente y se fue en una semana. Ningún funeral o reunión familiar fue posible. Era como si acabara de desaparecer. Tres meses después, la madre de Jean falleció, no por el virus, sino por el aislamiento de su centro de Alzheimer. Tres meses después de eso, nuestra querida perra de diecisiete años, Belle, falleció de... pues... de ser un perro de diecisiete años.

No escribo esto para incitar tu lástima. Fuimos de los afortunados. Muchos lo tuvieron mucho peor. Nuestra casa era propia, por lo que nunca perdimos una hipoteca. Jean todavía tenía un trabajo con la atención médica y podía trabajar desde casa. Pude cobrar el desempleo y hacer algunos trabajos de edición independientes. Pagamos nuestras cuentas. Nunca tuvimos que esperar en las filas de la despensa de alimentos. No teníamos niños que se perdieran la escuela, las actividades y los amigos. Y ninguno de nosotros se enfermó nunca, ni siquiera de estornudos.

En todo caso, la pandemia, y toda la pérdida que sufrimos como resultado, desencadenó un reinicio de nuestros sistemas operativos humanos. Ahora éramos libres. No íbamos a volver a "hacer las donas". Estábamos despiertos, inspirados para encontrar una mejor manera de vivir.

Durante la cuarentena, miramos a muchos países en donde poder retirarnos: España, Portugal, Francia, Panamá, México, Ecuador,

pero nos centramos en Costa Rica porque la gente allí parecía encarnar mejor los valores de paz, salud, sostenibilidad e igualitarismo que perseguíamos. Nos decidimos por Monteverde por la biodiversidad, las temperaturas más frías y la inspiradora historia de sus fundadores cuáqueros. No éramos cuáqueros, pero habíamos estado practicando varias formas de espiritualidad contemplativa. Después de años de programas y sermones de la iglesia, muchos de los cuales planeé y trabajé para proporcionar, ambos descubrimos que ahora encontramos a Dios mucho más en silencio y en la naturaleza que en el ruido y las palabras de los hombres. Además, mi tía es cuáquera desde hace mucho tiempo y una de nuestras personas favoritas en el planeta.

Llevamos cuatro meses en Monteverde. No diré que la vida aquí no ha requerido algún ajuste a una nueva normalidad. Por supuesto que sí. Pero cada día estamos descubriendo fuentes continuas de inspiración en el ahora, el momento encarnado. Una mariposa sobre una flor. El peculiar sonido de un pájaro. Una conversación con un nuevo conocido. Estamos infinitamente inspirados por aquellos que han perdurado aquí durante décadas, así como por otros novatos que han sido atraídos aquí por sus ejemplos y que se esfuerzan por vivir sus valores. Pero debo decir que no estoy seguro de que alguna vez hubiéramos seguido adelante con la inspiración para dejar nuestras vidas y buscar una mejor forma de vida si la pandemia y toda esa pérdida no hubieran ocurrido.

Ya no soy alguien que anima a Dios en forma humana como alguien que planea eventos de la vida con el propósito de hacernos hacer algo. Creo que encontrarás a Dios sin importar a dónde vayas o lo que hagas. Y, obviamente, uno no está obligado a moverse por medio mundo para despertar a una nueva inspiración. Pero también sé que despertarse a menudo requiere un buen temblor. Los místicos se refieren a ella como "orden, desorden, reordenamiento". La religión lo llama "vida, muerte, resurrección". Creo que la pandemia proporcionó el impulso que nos impulsó fuera de nuestro nido ordenado, nos lanzó al caos y nos inspiró a descubrir el vuelo. Para nosotros, eso significaba Monteverde.

La inspiración se encuentra en muchas formas. A menudo proviene de personas a las que admiramos o de una habilidad que deseamos dominar porque alimenta nuestras pasiones. Para nosotros, la inspiración vino del dolor y el quebrantamiento. Recomiendo encarecidamente el primero en lugar del segundo, pero si te encuentras caminando por ese camino doloroso y solitario, te insto a que no busques soluciones rápidas o atajos que conduzcan a un camino menos doloroso. Sigue tu camino. Permítele el tiempo para enseñarte y guiarte. Permítele incluso para inspirarte a despertar a una nueva forma de vivir.

Es demasiado pronto para especular sobre lo que este movimiento significa para nuestras vidas, pero estoy seguro de que hemos escuchado a Dios en nuestro duelo y nos hemos posicionado en el lugar correcto en el momento adecuado para que la inspiración haga su trabajo curativo y restaurador en nuestra nueva vida cotidiana. Estamos muy agradecidos de que nos haya dado la bienvenida a su comunidad, y esperamos con ansiosa anticipación para ver cómo se desarrolla todo. Pura vida.

CREATIVITY AND INSPIRATION

By Judy Witt

“Where do you get your ideas?” is a question I often heard at art fairs where I sold my pottery. The easy answer was, “They just come to me!” Truth be told, that is often the case. But the bigger questions are: “What is inspiration?” and “How do we find it, or does it find us?”

It’s hard to examine this because when you are inspired to create, you just want to get on with it and, in my case, make something, not reflect on it. Ideas come to me, but often not easily. So, what do I do when I’m looking for an idea? Play. Play with materials. Play with color. Play with words. Play is really at the center of creativity. In order to play, one must let go of preconceived ideas, prejudices, and perceived results. One must be ready to fail, and then try again. Another path, who knows where it will lead?

Many times, an idea I’ve had starts out one way and ends up totally different because I drift along with it, without trying to push it into being. Sometimes I let my hands do the thinking, which always gets better results than overthinking an idea in my head.

How does this sort of inspiration apply to the rest of life, the life of the Spirit? In many ways, the creative life *is* Spirit-led. By crafting an object carefully, lovingly, and skillfully, the object—whether it is a porcelain cup, a pie, or a painting—is imbued with the spirit of its creator.

The same can be said for a care-filled, loving, and skillfully rendered conversation with friends. In the same way that play can invite more inspiration, heartfelt discussion can arouse more inspiration, especially when it is combined with deep listening and seeing. Sometimes inspiration comes from other’s work, stimulating new thoughts and ways to approach a dilemma, be it a design problem or an interpersonal issue.

Finding what inspires is extremely personal and may take a lifetime of exploration. A dear friend exclaimed that after spending a lifetime in a city, “Who knew I was a country girl?” How fortunate are those who, early in life, discovered the forest, the sea, and open spaces as their cleansing ground for inspiration.



Judy Witt's pottery

INSPIRACIÓN Y CREATIVIDAD

Por Judy Witt

(traducido por Noelia Solano)

¿De dónde salen sus ideas? es una pregunta que a menudo oía en ferias donde vendía mi cerámica. La respuesta fácil es que solamente me llegan y, para ser sincera, eso a menudo era el caso. Pero la pregunta más grande realmente es ¿qué es la inspiración y cómo la encontramos, o nos encuentra a nosotros? Es difícil de examinar porque cuando uno se inspira a crear algo, uno solo quiere empezar y, en mi caso, ¡crear algo! No reflexionar sobre ello. Las ideas me llegan, pero a veces no tan fácilmente, entonces, ¿qué hago cuando estoy buscando una idea? Jugar. Jugar con materiales, jugar con color, jugar con palabras. El juego realmente está al centro de la creatividad. Y para poder jugar, uno tiene que soltar ... soltar las ideas preconcebidas, los prejuicios, los resultados percibidos y estar listo para para fracasar. Y luego intentar de nuevo, por otra ruta, quién sabe a dónde llegará. Muchas veces una idea que he tenido comienza de una forma y termina de otra completamente diferente porque me dejo llevar con ella en vez de intentar realizarla. A veces dejo que mis manos sean las que piensen, lo cual siempre produce mejores resultados que pensar demasiado una idea.

Entonces, ¿cómo se puede aplicar este tipo de inspiración al resto de la vida, la vida del espíritu? De muchas maneras, la vida creativa sí es guiada por el espíritu. Al crear un objeto con cuidado, amor y destreza, el objeto lleva el espíritu de su creador en él, sea una taza de porcelana, un pastel o una pintura. Lo mismo se puede decir de una conversación con amigos llena de cariño, amor y formulada con cuidado, y al igual que jugar puede generar más inspiración, una discusión sincera puede despertar más inspiración, especialmente al escuchar y ver atentamente. A veces, la inspiración proviene del trabajo de otros al estimular nuevos pensamientos o nuevas formas de abordar un problema, ya sea un problema de diseño o un problema interpersonal.

Encontrar lo que inspira es muy personal y puede llevar toda una vida de exploración. Una querida amiga mencionó que después de toda una vida en una ciudad, “¿quién diría que yo soy una chica de campo?” Cuán afortunados son los que descubrieron temprano en su vida el bosque, el mar y los espacios abiertos como un espacio liberador de la inspiración.



La cerámica de Judy Witt

THE SPACE WITHIN

An Interview with John Badminton

By Tom Cox

If necessity is the mother of invention, then perhaps inspiration can be considered its eclectic uncle. For John Badminton, building certainly began as necessity, a practical enterprise for producing income.

“It was never really a career move or anything like that. I never really wanted to be a builder, as such. It was practical. A lot of artists back in the States often worked in building or painting. It was always a way to make money. That was part of what got me into it. I needed to make money at that point. I learned a lot from other people. It was a practical skill, a useable skill.”

These days, most people in Monteverde know John as the founder and part-owner of Whole Foods. They might be surprised to learn that he has built six homes in Costa Rica, three almost entirely by himself.

“My main sort of professional career for many years was as a photographer. I had learned building when I was young. It always seemed to me as something that was very logical. It seemed like something anyone could learn to do. When I first went to the United States from Britain, I worked with friends there who were into modern architecture. I worked with them for a few years there—three or four.”

John and his then-wife Kim came to Costa Rica in 1991.

“We had been living on a sailboat before. We started in San Francisco and went to San Diego and Mexico and all over. That was good, but it was a bit purposeless. We weren’t good enough or brave enough to really go for it and sail around the world. We worked in the States for a couple of years just to make money. But we didn’t want to stay in the States, so we started looking for somewhere else to go. We came here first because people were saying good things about Costa Rica in the 1980s. The plan was to come here and then move on, maybe Thailand or wherever. But we ended up staying, which was a good choice.”

They first settled in Arenal, where the first house John built was a shack in which to live and then an art gallery as their business. Building seemed to be the necessary way to get started in Costa Rica at that time.

“There wasn’t much here then. It wasn’t like you could buy your way in; you had to create whatever you were going to do—a cabina at the beach or a shop or a house or whatever. So, I found myself back in building. I pretty much knew how to do it, but I had never built entire structures before. I had built most parts of structures, most systems in a structure, but I hadn’t done the whole thing by myself.”

Nine years later, in 2000, they sold their Arenal home and business and moved to Monteverde for a better community in which to raise their newborn daughter, Elan.

“Interesting things were going on here. The people in Monteverde seemed engaged in business and activity and schools and everything. In Arenal, it was all a bit adrift. It was a displaced village because when they expanded the lake, they flooded the original village. They shattered the core culture of the elders. I found Monteverde much more eclectic. The Ticos and expats seemed to get along very well. I didn’t see a lot of conflict. They had good schools, and because of that, there were other people with kids here, whereas Arenal was developing much more into a retirement crowd.”

Although John works with local architects in order to get the necessary approvals and building permits, he designs them all himself.

“I’m not an architect but I do design the whole house. I draw them for me, and I work on them a lot until I have a very clear three-dimensional feel of the whole thing in my head. It’s all there, how the electric works and everything. It must get to that point. Then I have the architect draw up the plans based on my vision. It’s an aesthetic. My process of building is not pre-fixed by someone else’s plan. It’s not like I’m a contractor fulfilling an architect’s dream. It’s me working out the image as I go along. I’m looking to see if I feel good about it, about the dimensions or the resonance or the solidity—whatever it is about the space.”

Many builders are attracted to the look of a place—the lines and angles and style. For John, the inspiration to build is found more in the feel of the place. You almost get a spiritual vibe from John when he talks about building, although he stops short of calling it a spiritual process.

“I think it is more emotional than spiritual. I see things and then I get an emotional response to it—I like it or I don’t like it. Different things affect different people. Light can be very important to some. I like light too, but resonance is my thing. If you go into a cathedral or into a prefabricated aluminum house, the resonance between the two structures, how they feel, is different. I don’t like metal structures much. They have a high frequency resonance in their vibe. I work very much on that feeling of resonance, that solidity in certain areas. That’s what interests me a lot when I walk into a building, just the feeling of the space—the shape, the size, whatever it is.”

The legendary architect Frank Lloyd Wright once said, “The space within becomes the reality of the building.” Although Wright did not speak much of those who influenced him, it is believed he may have taken this from the ancient Chinese writer and philosopher Lao Tzu, who wrote, “Mold clay into a vessel; it is the emptiness within that creates the usefulness of the vessel. ...What we have may be something useful, but its usefulness lies in the unoccupied space.”

John couldn’t agree more:

“The satisfaction I get out of building, besides completing a task, is thinking about the other people who are going to live in the house. I’m creating what is going to be somebody else’s home, lots of other people will be living in it over the next fifty or sixty years. I really like to think about that when I’m building it. Most of the buildings are not for me. They end up being sold in the end, one way or another. So, I think about who is going to be living in it and hoping that I make it a nice place and that they feel good there. It’s tremendously satisfying to think, long after I’m gone, that some anonymous stranger may really love that house in Monteverde.”

John believes the home he is building for Elan may be his last.

“I think, physically, it has to be. I hope so. It’s getting harder and harder, It’s quite a heavy, physical job. It’s a big job; a long job. It’s like a huge Lego. First, you imagine it, and then you have to go block by block, detail by detail. I do other things too. I like gardening. I’m happy to garden. I still play with imagery, like photography. I still have some of the old equipment. My eyes aren’t so good anymore though and doing the whole thing with glasses is different.”

John may not believe that his passion for building is necessarily a spiritual endeavor, but it is hard not to hear those vibes as he reflects on the path he continues to walk:

“I’ve gotten to the point where I try to get past the point of finishing and just enjoy the journey. That sounds like a classic cliché but it’s true in many ways. I think I should be enjoying it. It’s like Whole Foods, where our mission statement is ‘Have fun.’ Enjoy doing this.

You shouldn’t just do it for some end-goal. You should enjoy the process. It’s the same way in my building. I should be enjoying this. You shouldn’t just do it for ending a task. I think many of us were brought up only thinking about that end goal—‘Keep going. Almost there. I’m almost there.’ It’s like suffering misery. Then, hopefully, you somehow get there, wherever there is. But the thing is, you should be enjoying yourself all the time if you possibly can.”

EL ESPACIO INTERIOR

Una entrevista con John Badminton

Por Tom Cox

(traducido por Jean Cox)

Si la necesidad es la madre de la invención, entonces tal vez la inspiración pueda considerarse su tío ecléctico. Para John Badminton, la construcción ciertamente comenzó como una necesidad, una empresa práctica para producir ingresos.

“Nunca fue realmente un cambio de carrera ni nada por el estilo. Nunca quise ser un constructor, como tal. Fue práctico. Muchos artistas en los Estados Unidos a menudo trabajaban en la construcción o la pintura. Siempre fue una forma de ganar dinero. Eso fue parte de lo que me metió en eso. Necesitaba ganar dinero en ese momento. Aprendí mucho de otras personas. Era una habilidad práctica, una habilidad utilizable”.

En estos días, la mayoría de las personas en Monteverde conocen a John como el fundador y propietario parcial de Whole Foods. Podrían sorprenderse al saber que ha construido seis casas en Costa Rica, tres casi en su totalidad por sí mismo.

“Mi principal tipo de carrera profesional durante muchos años fue como fotógrafo. Había aprendido a construir cuando era joven. Siempre me pareció algo que era muy lógico. Parecía algo que cualquiera podía aprender a hacer. Cuando fui por primera vez a los Estados Unidos desde Gran Bretaña, trabajé con amigos allí que estaban en la arquitectura moderna. Trabajé con ellos durante unos años allí, tres o cuatro”.

John y su entonces esposa Kim llegaron a Costa Rica en 1991.

“Habíamos estado viviendo en un velero antes. Comenzamos en San Francisco y fuimos a San Diego y México y por todas partes. Eso fue bueno, pero fue un poco sin propósito. No fuimos lo suficientemente buenos o valientes como para ir a por ello y navegar alrededor del mundo. Trabajamos en los Estados Unidos durante un par de años solo para ganar dinero. Pero no queríamos quedarnos en los Estados Unidos, así que comenzamos a buscar otro lugar al que ir. Vinimos aquí primero porque la gente decía cosas buenas sobre Costa Rica en la década de 1980. El plan era venir aquí y luego seguir adelante, tal vez Tailandia o donde sea. Pero terminamos quedándonos, lo cual fue una buena opción”.

Primero se establecieron en Arenal, donde la primera casa que John construyó fue una choza en la que vivir y luego una galería de arte como su negocio. La construcción parecía ser la forma necesaria de comenzar en Costa Rica en ese momento.

“Aquí no había mucho entonces. No era como si pudieras comprar tu entrada; tenías que crear lo que fueras a hacer: una cabina en la playa o una tienda o una casa o lo que sea. Entonces, me encontré de vuelta en la construcción. Prácticamente sabía cómo hacerlo, pero nunca antes había construido estructuras enteras. Había construido la mayoría de las partes de las estructuras, la mayoría de los sistemas en una estructura, pero no lo había hecho todo por mí mismo”.

Nueve años más tarde, en el 2000, vendieron su casa y negocio en Arenal y se mudaron a Monteverde para una mejor comunidad en la que criar a su hija recién nacida, Elan.

“Aquí estaban pasando cosas interesantes. La gente en Monteverde parecía comprometida con los negocios, la actividad, las escuelas y todo. En Arenal, todo estaba un poco a la deriva. Era un pueblo desplazado, porque cuando agrandaron el lago, inundaron el pueblo original. Destrozaron la cultura central de los ancianos. Monteverde me pareció mucho más ecléctico. Los ticos y los expatriados parecían llevarse muy bien. No vi mucho conflicto. Tenían buenas escuelas, y debido a eso, había otras personas con niños aquí, mientras que Arenal se estaba convirtiendo mucho más en una multitud de jubilados”.

Aunque John trabaja con arquitectos locales para obtener las aprobaciones y permisos de construcción necesarios, él mismo los diseña.

“No soy arquitecto, pero diseñé toda la casa. Los dibujé para mí, y trabajé mucho en ellos hasta que tuve una sensación tridimensional muy clara de todo el asunto en mi cabeza. Todo está ahí, cómo funciona lo eléctrico y todo. Debe llegar a ese punto. Tengo al arquitecto que elabora los planos en función de mi visión. Es una estética. Mi proceso de construcción no está prefijado por el plan de otra persona. No es que sea un contratista que cumple el sueño de un arquitecto. Yo voy trabajando en la imagen a medida que avanza. Estoy buscando ver si me siento bien con eso, con las dimensiones, la resonancia, la solidez, o lo que sea sobre el espacio”.

Muchos constructores se sienten atraídos por el aspecto de un lugar: las líneas, los ángulos y el estilo. Para John, la inspiración para construir se encuentra más en la sensación del lugar. Casi obtienes una vibra espiritual de Juan cuando habla de construir, aunque no llega a llamarlo un proceso espiritual.

“Creo que es más emocional que espiritual. Veo las cosas y luego obtengo una respuesta emocional: me gustan o no me gustan. Diferentes cosas afectan a diferentes personas. La luz puede ser muy importante para algunos. A mí también me gusta la luz, pero la resonancia es lo mío. Si entras en una catedral o en una casa prefabricada de aluminio, la resonancia entre las dos estructuras, cómo se sienten, es diferente. No me gustan mucho las estructuras metálicas. Tienen una resonancia de alta frecuencia en su vibra. Trabajo mucho en esa sensación de resonancia, esa solidez en ciertas áreas. Eso es lo que me interesa mucho cuando entro en un edificio, solo la sensación del espacio: la forma, el tamaño, lo que sea”.

El legendario arquitecto Frank Lloyd Wright dijo una vez: “El espacio interior se convierte en la realidad del edificio”. Aunque Wright no habló mucho de aquellos que lo influyeron, se cree que pudo haber

tomado esto del antiguo escritor y filósofo chino Lao Tzu, quien escribió: “Moldear arcilla en un recipiente; es el vacío interior lo que crea la utilidad de la vasija. ... Lo que tenemos puede ser algo útil, pero su utilidad radica en el espacio desocupado”.

John no podría estar más de acuerdo:

“La satisfacción que me resulta de construir, además de completar una tarea, es pensar en las otras personas que van a vivir en la casa. Estoy creando lo que va a ser el hogar de otra persona, muchas otras personas vivirán en él durante los próximos cincuenta o sesenta años. Realmente me gusta pensar en eso cuando lo estoy construyendo. La mayoría de los edificios no son para mí. Terminan vendiéndose al final, de una manera u otra. Por eso, pienso en quién va a vivir en él y espero que lo haga un lugar agradable y que se sientan bien allí. Es tremendamente satisfactorio pensar, mucho después de que me haya ido, que algún extraño anónimo realmente puede amar esa casa en Monteverde”.

John cree que la casa que está construyendo para Elan puede ser la última.

“Creo que, físicamente, tiene que serlo. Eso espero. Cada vez es más difícil, es un trabajo bastante pesado y físico. Es un gran trabajo; un trabajo largo. Es como un enorme Lego. Primero, te lo imaginas, y

luego tienes que ir bloque por bloque, detalle por detalle. Yo también hago otras cosas. Me gusta la jardinería. Estoy feliz de cultivar. Sigo jugando con las imágenes, como la fotografía. Todavía tengo algunos de los equipos viejos. Sin embargo, mis ojos ya no son tan buenos y hacer todo con gafas es diferente”.

Puede que John no crea que su pasión por la construcción es necesariamente un esfuerzo espiritual, pero es difícil no escuchar esas vibraciones mientras reflexiona sobre el camino que continúa caminando:

“He llegado al punto en el que trato de superar el punto de terminar y simplemente disfrutar del viaje. Eso es como un cliché clásico, pero es cierto en muchos sentidos. Creo que debería estar disfrutándolo. Es como Whole Foods, donde nuestra declaración de misión es 'Diviértete'. Disfruta haciendo esto. No debes hacerlo solo por algún objetivo final. Deberías disfrutar del proceso. Es lo mismo en mi edificio. Debería estar disfrutando de esto. No debes hacerlo solo para terminar una tarea. Creo que muchos de nosotros fuimos criados solo pensando en ese objetivo final: 'Sigue adelante. Casi allí. Ya casi estoy allí'. Es como sufrir miseria. Entonces, con suerte, de alguna manera llegas allí, donde sea. Pero la cosa es que deberías estar disfrutándolo todo el tiempo si puedes”.

GEMS OF INSPIRATION

By Helena and Lucky Guindon

[*EDITOR: The following is taken from a conversation between Helena and Lucky Guindon. They both feel that denoting who said what is not as important as the ideas that were shared. Thus, we get the privilege of being a fly on the wall to listen in on their wisdom.*]

Inspiration is what I often feel when I wake up to a beautiful new day. Here it is—a gift! Songs speak of this fresh beginning: “This is the day that the Lord has made. Let us rejoice and be glad in it.” “God has created a new day, silver and green and gold. Grant that the sunset may find us, worthy His gifts to hold.”



I’ve heard the saying “Inspiration strikes!” The idea that inspiration comes first and then one takes action doesn’t happen to me. I make the move and get started in a rather ordinary, mundane way. No drama. Only then will inspiration visit me. Then it seems sudden.



Inspiration is an idea that doesn’t knock but pops in to surprise me. It brings extra energy that gets me going. Inspiration seems to be a positive energy. This unexpected visitor can come as a picture, showing me what it looks like, or it can come as words, ones I hear in my mind or something others have said. Sometimes it is simply action. Inspiration can come as a bump that changes my routine, like an unexpected trip or even an accident. Any mistake can open me to change and inspiration.

No matter how it comes, by the time I’ve laid eyes on it, the idea is in the door and demands action. Things must shift. This new idea says, “Hey, make way for me!” I start hearing beeps. By now, I’m chiding, “Wait! Where did *you* come from? How did you get into my room?” Did a recent event startle me? Did something someone else showed me send the spark? Maybe my inner ear was listening more carefully just now. It’s likely I was rested, not too busy nor upset and distracted by negative thoughts. For certain, my mind was yawning open, ready to take in new information. Whatever. Now, the idea is in and now I’ve got to do something. I’ve got to do the best I can, remaining as close as possible to what I know as right, taking just one step toward that vision. I never know what will happen, but I have to trust and I have to try.

There is one guarantee: once I start, other ideas will come into play. Whether mine or those of other people, these ideas help it to take shape.



I think there’s a saying: “the more you give, the more you are given.” But it doesn’t specify *what!* At least by doing something concrete I’m inviting the next step. Careful plans prove useful up to a point. I try to balance calculating materials and gathering tools with staying open to new opportunities and making needed changes. Both the left and right sides of the brain must cooperate here.



Inspiration being a positive force, if I want to feel inspired, I can purposely look for things I like around me. I can even put them there—a vase of flowers or a favorite photograph. A good thought or saying can be written and placed where it is often seen.



There are a lot of possible ways to encourage an upswing in attitude. Do something you love, like playing a game, running or dancing, or even physical work that leaves one happy. Being out in nature, even if I get wet, can help me become more aware in all my senses. I like listening to happy music, rain on the roof, wind in the trees, or crickets at night. Watching or interacting with children can encourage me. Children *are* inspiration! They see things as new, without the blinders of habit.

Whatever helps me to let go of irritation, to see the humor in a situation, to remain light enough to smile and enjoy a good joke—all make fertile soil for inspiration.



Another ingredient is *sharing*. I guess because we are social it frees something inside of us when we give. Whether it is an object, food, a good book, or simply words, the act of sharing perks the soul. Corrie Ten Boom [the Dutch writer who was arrested by the Nazis for hiding Jewish people in her home during World War II] tells of being in prison and finding solace by sharing crumbs from her meager rations with an ant. Sharing can be as simple as recounting a memory, a funny story, or an odd-ball dream; or as serious as giving a message in Meeting for worship. It’s scary how far our words can carry. I remember messages others gave in Meeting ages ago. People have told me how something I said impacted them, even though I have completely forgotten what it was I said.



When listening for inspiration, I can’t be picky. I must be ready to receive *anything* anyone shares, keeping the part of it that speaks to me.

Curiosity leads me into an exploring mode that often uncovers surprises. Whether I like what I discover or not, it can loosen my doors, and before I know it—Boo!—inspiration is looking me in the face.

JOYAS DE INSPIRACIÓN

Por Helena y Lucky Guindon

(traducido por Tim Curtis)

[**EDITOR:** *Lo siguiente es resumido de una conversación entre Helena y Lucky Guindon. Ambos sienten que denotar quién dijo qué no es tan importante como las ideas que se compartieron. Por lo tanto, tenemos el privilegio de ser una mosca en la pared para escuchar su sabiduría.*]

La inspiración es lo que a menudo siento cuando me despierto con un hermoso día nuevo. Aquí está, ¡un regalo! Hay canciones que hablan de este nuevo comienzo: "Este es el día que hizo el Señor. Regocijéremos y alegraremos en ello". "Dios ha creado un nuevo día, plateado, verde y dorado. Conceda que el atardecer nos encuentre, dignos de poseer Sus dones".



Escuché el dicho "¡La inspiración golpea!" La idea de que la inspiración viene primero y luego uno actúa no me ocurre. Hago el movimiento y comienzo de una manera bastante ordinaria y mundana. Sin drama. Solo entonces la inspiración me visitará. Entonces parece repentino.



La inspiración es una idea que no toca la puerta, sino que entra para sorprenderme. Aporta energía extra que me pone en marcha. La inspiración parece ser una energía positiva. Este visitante inesperado puede venir como una imagen, mostrándome cómo se ve, o puede venir como palabras, las que escucho en mi mente o algo que otros han dicho. A veces es simplemente acción. La inspiración puede llegar como un golpe que cambia mi rutina, como un viaje inesperado o incluso un accidente. Cualquier error me puede abrir al cambio y a la inspiración.

No importa cómo venga, para cuando lo he visto, la idea ya entró por la puerta y exige acción. Las cosas deben cambiar. Esta nueva idea dice: "¡Oye, déjame paso!" Empiezo a escuchar pitidos. A estas alturas, estoy regañando, "¡Espera! ¿De dónde vienes *tú*? ¿Cómo entraste en mi habitación? ¿Me asustó un hecho reciente? ¿Algo que alguien más me mostró envió la chispa? Quizás mi oído interno estaba escuchando con más atención en este momento. Es probable que estuviera descansada, no demasiado ocupada ni molesta y distraída por pensamientos negativos. Por cierto, mi mente estaba bostezo abierta, lista para recibir nueva información. Lo que sea. Ahora, la idea está dentro y ahora tengo que hacer algo. Tengo que hacer lo mejor que pueda, manteniéndome lo más cerca posible de lo que sé como correcto, dando apenas un paso hacia esa visión. Nunca sé qué pasará, pero tengo que confiar y tengo que intentarlo.

Hay una garantía: una vez que empiece, entrarán en juego otras ideas. Ya sean mías o de otras personas, estas ideas ayudan a que tome forma.



Creo que hay un dicho: "cuanto más das, más te dan". ¡Pero no especifica *qué*! Al menos al hacer algo concreto, estoy invitando al siguiente paso. Los planes cuidadosos resultan útiles hasta cierto punto. Intento equilibrar el calcular los materiales y recopilar las herramientas con el permanecer abierta a nuevas oportunidades y a

hacer los cambios necesarios. Tanto el lado izquierdo como el derecho del cerebro deben cooperar aquí.



Siendo la inspiración una fuerza positiva, si quiero sentirme inspirada, puedo buscar intencionalmente las cosas que me gustan a mi alrededor. Incluso puedo ponerlas allí: un jarrón con flores o una fotografía favorita. Un buen pensamiento o dicho se puede escribir y colocar donde se ve a menudo.



Hay muchas formas posibles de fomentar una actitud positiva. Haz algo que te guste, cómo jugar un juego, correr o bailar, o incluso un trabajo físico que te deje feliz. Estar en la naturaleza, incluso si me mojo, puede ayudarme a ser más consciente en todos mis sentidos. Me gusta escuchar música alegre, lluvia en el techo, viento en los árboles o grillos por la noche. Ver a los niños o interactuar con ellos puede animarme. ¡Los niños *son* inspiración! Ven las cosas como nuevas, sin las anteojeras del hábito.

Todo lo que me ayude a soltar la irritación, a ver el humor en una situación, a mantenerme lo suficientemente ligera como para sonreír y disfrutar de una buena broma, todo es un terreno fértil para la inspiración.



Otro ingrediente es *compartir*. Supongo que debido a que somos sociales, liberamos algo dentro de nosotros cuando damos. Ya sea un objeto, comida, un buen libro o simplemente palabras, el acto de compartir alegra el alma. Corrie Ten Boom [la escritora holandesa que fue detenida por los Nazis por esconder a Judíos en su casa durante la Segunda Guerra Mundial] cuenta que estuvo en prisión y encontró consuelo compartiendo migajas de sus escasas raciones con una hormiga. Compartir puede ser tan simple como contar un recuerdo, una historia divertida o un sueño extraño; o tan serio como dar un mensaje en la reunión de adoración. Da miedo lo lejos que pueden llegar nuestras palabras. Recuerdo los mensajes que otros dieron en Meeting hace años. La gente me ha dicho cómo les impactó algo que dije, aunque me he olvidado por completo de lo que era.



Cuando escucho en busca de inspiración, no puedo ser exigente. Debo estar lista para recibir *cualquier* cosa que alguien comparta, conservando la parte que me habla.

La curiosidad me lleva a un modo de exploración que a menudo descubre sorpresas. Me guste o no lo que descubro, puede aflojar mis puertas, y antes de que me dé cuenta —¡Bu! — la inspiración me mira a la cara.

SEEDS

MARCH THEME:

Rebirth / Regeneration

Pitch or submit an article, poem, story, artwork, etc. to:

SeedsMFM@gmail.com.

Deadline for submissions: February 28, 2022, or sooner!

SEMILLAS

TEMA DE MARZO:

Renacimiento / Regeneración

Presentar o enviar un artículo, poema, historia, obra de arte, etc. a:

SeedsMFM@gmail.com.

Fecha límite para las presentaciones: 28 de febrero de 2022, o antes!