

# Caras de la Información para Social&People entrevista a Mariví Porras, creadora de “Tu Amiga Online”



*Caras de la Información*  
**PARA**

# **SOCIAL&PEOPLE**

ENTREVISTA A MARIVI PORRAS  
CREADORA DE TU AMIGA ONLINE

**Mariví Porras** llevaba muchos años escuchando, apoyando y acompañando a sus amigos en el apasionante camino hacia la felicidad, y un día decidió convertir su pasión en su proyecto profesional, y nació Tu Amiga Online una fascinante aventura donde aprenderás a vivir en positivo, olvidar los miedos y ser feliz. Mariví ha volcado todo su entusiasmo en este proyecto y se ha propuesto construir un mundo mejor cada día ayudando a las personas a mejorar su día a día, porque como decía Tolstoi “el que ayuda a los demás se ayuda a sí mismo”.

## ¿Cómo nace Tu Amiga Online? ¿Qué nos propones para este fascinante viaje?

Siempre me ha interesado mucho el comportamiento humano, saber qué mueve a las personas, sus anhelos, porque hacen lo que hacen, qué les hace felices. Quizá porque observando iba encontrado yo misma esa felicidad reflejada en ellos. **Tu Amiga Online** es un sueño al que poco a poco he ido dando forma y que hoy es una realidad, siendo la base del mismo el que las personas se sientan libres siendo como quieren ser y no como los demás creen que tienen que ser, pero para eso tienen que permitirse **SER** y **ESTAR** bien consigo mismas. Y aun viviendo en la época de las telecomunicaciones, hay muchas personas que no se comunican y por ello ni siquiera saben quién son.

Hay muchos estudios que hablan sobre la necesidad de las personas de sentirse escuchadas, acompañadas y apoyadas. Una de las demandas más significativas que realizan las personas que se ponen en contacto con el teléfono de la Esperanza, es precisamente que “necesitan sentirse escuchadas”. “Hay momentos en los que todos necesitamos que alguien nos diga una palabra amable, que nos escuchen, y sentirnos comprendidos”. **Tu Amiga Online** nace con ese propósito, escuchar, acompañar y apoyar a las personas.

Con ***El Fascinante viaje que propongo*** deseo que todo aquel que se embarque en el conmigo aprenda a ver y a vivir las cosas desde un punto de vista más positivo, que se deshaga de todos los miedos, inseguridades y pensamientos negativos que ponen trabas a su felicidad. Les empujaré hacer cosas que les gustaría hacer y que creían que eran imposibles, ya que antes nadie les había apoyado para que las hicieran. Se sentirán únicos, especiales, capaces de conseguir todo lo que se propongan. Cuando se miren al espejo, estarán orgullosos y felices de quien son y de cómo son. ¡Tanto que no se cambiarían por nadie!

## ¿Cuándo decides dedicarte a lo que amas?

Llevo mucho tiempo dándole vueltas a este proyecto, y ahora es cuando realmente siento que es el momento de dedicarme 100% a él.

## Acabas de escribir un libro **Buscando Felicidad a Tu Manera** ¿Ser feliz puede ser un desafío apasionante?

Mucho, cada uno de nosotros estamos buscando la felicidad, por distintos medios y tomando diferentes caminos “acertados o no”, pero estamos inmersos en este apasionante viaje y/o desafío del que algunos disfrutamos, y otros simplemente se dejan llevar sin sentir esa pasión y anclados en la queja, ya que piensan que es algo difícil de lograr, ser feliz es más fácil de lo que creemos. Evidentemente habrá momentos en los que no vamos a estar felices. No hay una sola receta para ser feliz; cada quien intenta serlo a su manera, y lo hace lo mejor que puede y sabe. Sí es cierto que se pueden seguir unas fórmulas o recetas que podrían ser de ayuda, en el libro ***“Buscando Felicidad a Tu Manera”*** hablo sobre algunas. Desde mi experiencia, y

a lo largo de muchos años que llevo investigando, he llegado a la conclusión de que ¡A ser Feliz se aprende!

## ¿Es tan difícil encontrar la felicidad? ¿Cuáles son los principales errores que cometemos en nuestro camino hacia ella?

Encontrar la felicidad es más fácil de lo que pensamos, sólo tienes que proponértelo y serás feliz. Para ello tienes que tener la sensación de que controlas al menos algo de tu vida, y entender que no todo lo que quieres es necesario para ser feliz, tener la capacidad de sentirte a gusto contigo mismo sin necesidad de estímulos externos, es el primer paso para tener esa sensación de felicidad. Disfruta de tu camino con calma, sé agradecido por lo que tienes, y deja que todo fluya. La felicidad emerge de tu ser, sé amable contigo y no te exijas tanto, la vida es mucho más sencilla sin tantas exigencias.

Si consigues evitar estos 5 errores, que son muy habituales, estarás en el camino hacia tu felicidad.

### 1. **Tratar de complacer a todo el mundo**

No importa lo que te esfuerces, nunca podrás complacer a todos. Es mejor que te enfoques en la gente que te devuelve una imagen positiva de ti, y respeta cómo eres y lo que haces, en lugar de gastar energía en la gente que sólo busca su propia satisfacción, en ese caso terminarás frustrado y alejado de tu felicidad.

### 2. **No perdonar**

El perdón es una llave importante para la felicidad. Y no sólo el perdonar a otras personas, es muy importante que tengas en cuenta que, también debes perdonarte a ti mismo. Tal vez cometiste errores en el pasado por los cuales te cueste perdonarte. Pero tienes que entender que nadie es perfecto. Todos cometemos errores, así que perdónate, perdona a los demás y sigue caminando.

### 3. **Descuidar tus pasiones**

¿Qué te emociona en la vida? Todos tenemos una pasión. De hecho, creo que todo el mundo tiene múltiples pasiones. Invertir el tiempo en tus pasiones te dará felicidad, sin duda, pues estás haciendo aquello para lo que tienes talento. Descuidar tus pasiones, te hará vivir por debajo de tu potencial.

### 4. **Ser inactivo**

Puedes saber qué es lo correcto hacer y quieres hacerlo, pero si no lo haces realmente, no te hará ningún bien.

Si desde hace meses estás postergando tareas o actividades importantes, podrías llenarte de ansiedad y tensión. No delegues, no postergues, tú eres el único que lleva el mando de tu propia vida. Actúa y no lo aplaces.

### 5. **No aceptarte a ti mismo**

Hay cosas que no te gustan de ti mismo. Quieres ser más alto, más rico, o más... Aprende a gustarte, aceptarte y mirarte de una forma positiva. Solo cuando te sientas

bien contigo mismo podrás encontrar la felicidad en la vida. La felicidad reside dentro de ti, no la encontrarás en aquello que deseas conseguir. Debes valorarte a ti mismo ¿De verdad crees que puedes disfrutar de algo si no disfrutas de ti mismo? Es lo mismo que cuando dicen que no se puede amar si no te amas a ti mismo. ¿Cómo hacer algo por los demás, que ni siquiera haces contigo? Tal como dijo el sabio **Darío Lostado**: “Si no te conoces tú, ¿quién te conocerá? Si no te conoces a ti, ¿a quién conocerás? Si no te aceptas tú, ¿quién te aceptará? Si no te aceptas a ti, ¿a quién aceptarás? Si no te amas tú, ¿quién te amará? Si no te amas a ti, ¿a quién amarás?”.

**Hay en tu trabajo una auténtica pasión y entusiasmo por ayudar a los demás. ¿Cuándo echas la vista atrás cómo sientes que ha sido tu evolución personal y profesional?**

Ayudar a las personas es una de las sensaciones más gratificantes que existen, ofrecer, dar, servir y contribuir de alguna u otra forma en mejorar la vida de los demás es lo que me ha movido siempre. Por eso la base, el anhelo y la premisa de **Tu Amiga Online**, y del blog **Sé Feliz a Tu Manera** son precisamente ayudar a mejorar la vida de los demás, y con ello **Crear un Mundo Más Feliz**. No concibo la vida sin pasión y entusiasmo, forman parte de mi ADN, y todo lo hago desde la pasión y el entusiasmo. Si echo la vista atrás veo una evolución y crecimiento exponencial tanto a nivel personal como profesional. Para crecer profesionalmente, tienes que haberlo hecho como persona, eso es algo que he ido aprendiendo con el tiempo, no puedes estar feliz (al menos yo no puedo) en el plano profesional, si en el personal estas insatisfecho o notas que te falta algo, y viceversa. A día de hoy soy muy consciente de que todo lo que he vivido ha sido necesario para ser quien soy. Actualmente me siento feliz con lo que hago, el haber creado un proyecto con el que estoy entusiasmada y disfrutando de cada pasito que voy dando y creciendo con él, hace que cada día sea un regalo para mí.

**¿Cómo cambiarías el mundo?**

¡Uffff! ¿Por dónde empezar? Creo que el mundo está pidiendo a gritos cambiar, pero para eso somos las personas que lo habitamos las que tenemos que tomar consciencia de que tenemos que cambiar, y apostar por una sociedad mucho más cooperativa, tener una actitud más proactiva, y construir puentes para unir, siendo capaces de ver más allá de nosotros, poniéndonos en el lugar del otro. **¡El mundo cambiará, Dándole Cuerda juntos!**

**¿En qué andas embarcada en estos momentos?**

Hay muchos estudios que nos hablan sobre la felicidad, y el ser y estar feliz es algo que todos buscamos ¡verdad! Pero, ¿realmente sabemos qué es lo que nos hace felices a nosotros? ¿Qué cosas nos mueven y acercan a ese estado de felicidad? ¿Cuáles son las que nos alejan de ella? En estos momentos estoy embarcándome en mi propio estudio sobre la felicidad, buscando saber ¿Qué hace felices a las personas? Cuáles son esas pequeñas grandes cosas que hacen que su vida tenga sentido, eso que les ha hecho, y sigue haciéndoles felices al recordarlo, o cuando dejan volar su imaginación que es

aquello que les gustaría hacer y que es cuestión de tiempo que hagan. ¿Qué les impide hacerlo? Como dice **Eduard Punset** “la felicidad está en la antesala de la misma”.

Y como digo en mi blog **Sé Feliz a Tu Manera** porque la felicidad no es lo que dicen los demás, sino, lo que a ti te hace feliz.

### Una recomendación literaria que no debemos perdernos

#### ***La Historia Interminable* de Michael Ende.**

**Michael Ende**, la define como una novela que se extiende más allá de la mera narración para convertirse en una crítica. La novela expresa el deseo de encontrar la realidad que nos rodea a través de recorrer el camino inverso, es decir, la parte interna de cada uno que reside en su imaginación. En una **entrevista** para **El País**, **Michael Ende** decía:

“Cuando nos fijamos un objetivo, el mejor medio para alcanzarlo es tomar siempre el camino opuesto. No soy yo quien ha inventado dicho método. Para llegar al paraíso, Dante, en su Divina comedia, comienza pasando por el infierno. (...) Para encontrar la realidad hay que hacer lo mismo: darle la espalda y pasar por lo fantástico. Ése es el recorrido que lleva a cabo el héroe de *La Historia Interminable*. Para descubrirse, a sí mismo, Bastián debe primero abandonar el mundo real (donde nada tiene sentido) y penetrar en el país de lo fantástico, en el que, por el contrario, todo está cargado de significado. Sin embargo, hay siempre un riesgo cuando se realiza tal periplo; entre la realidad y lo fantástico existe, en efecto, un sutil equilibrio que no debe perturbarse: separado de lo real, lo fantástico pierde también su contenido.”

Esta novela es un gran lujo para lectores soñadores. La imaginación de Ende no tiene límites. ¿Puede conectarse nuestro mundo interior con la fantasía, para aprender cosas? Según **Michael Ende** sí, una y otra vez viajamos hacia un país de Fantasía, donde nuestros miedos, nuestras virtudes, pero también nuestros defectos se personifican y

se mejoran... o no. El mensaje del libro expresa la necesidad de leer, ver o escuchar historias, de abrir la mente a diferentes situaciones para aprender a vivir de otra manera, donde hay miles y miles de formas de alegría, pero en el fondo todas son una sola. La alegría de poder amar. Es un libro repleto de aventura, de seres y de territorios simbólicos y originales, y en el que sus múltiples lecturas, la seriedad y profundidad de sus temas filosóficos son una gran enseñanza y un disfrute.

¿Qué es Fantasía? Fantasía es *La Historia Interminable*. ¿Dónde está escrita esa historia? En un libro de tapas color cobre. ¿Dónde está ese libro? Entonces estaba en el desván de un colegio... Estas son las tres preguntas que formulan los Pensadores Profundos, y las tres sencillas respuestas que reciben de Bastián. Pero para saber realmente lo que es Fantasía hay que leer “***La Historia Interminable***”.

## ¿Una canción para ponerle banda sonora a esta entrevista?

*Je veux* de Zaz

<https://www.youtube.com/watch?v=eMo2p70b4KA>

Es una canción con un ritmo muy alegre y que transmite mucha energía positiva. La letra es una declaración vital de la cantante, que se podría extrapolar con la esencia de **Tu Amiga Online**.

“Quiero Amor, Diversión, Buen Humor,

Quiero Morir Con la Mano en el Corazón

¡Vamos, Juntos!

Descubramos Mi Libertad

Olvidemos todos los Prejuicios

Bienvenido a Mi Realidad...”

**Con esta serie de entrevistas en Caras de la Información (para Social & People) queremos crear una cadena de personas que con su creatividad y valores están dando cuerda al mundo ¿A quién nos recomendarías?**

A **Risto Mejide**, tiene una sensibilidad a la hora de escribir muy poco conocida por la gran mayoría, su creatividad personalmente me fascina. Te dejo con estos dos párrafos de su libro ***El Sentimiento Negativo***:

“De lo poco que sé de la vida, empiezo por lo que sé con toda seguridad. Sé que, con suerte, te vas a morir una vez. Así que procura no morirte más veces por el camino. No hay nada peor que esa gente que se va muriendo antes de morirse del todo.”

“Déjame que te presente a tu mejor enemigo. Se llama miedo. Quédate con su cara, porque va a estar jodiéndote de ahora en adelante. Miedo al fracaso. Miedo al qué dirán. Miedo a perder lo que tienes. Miedo a conseguirlo. Miedo a saber poco de la vida. Miedo a tener razón.”

**Esta entrevista fue realizada para Social&People, para su sección Caras de la información. Gracias Laura, Isa y Marisa por vuestro apoyo y cariño.**