vinetur

¿Existen matices entre bienbeber y malbeber?

miércoles 16 de noviembre de 2022

ESCRITO POR CARMEN BENGOECHEA BERNAL

Matices

ENTRE BIENBEBER Y MALBEBER

Ambos son consumos de vino, difieren en la finalidad y las consecuencias



Bienbeber

Decisión responsable cuyo propósito es beber con placer sin perjudicarte ni a terceros

Consciencia y conciencia: límites y respeto

Propicia tu bienestar

Priorizas el placer compartido

Más consecuencias positivas que negativas

Malbeber

Decisión sin responsabilidad cuyo propósito es el placer propio aunque te perjudique y a terceros

Consciencia y conciencia: sin límites y sin respeto hacia los otros

Combina bienestar y malestar

Priorizas tu placer

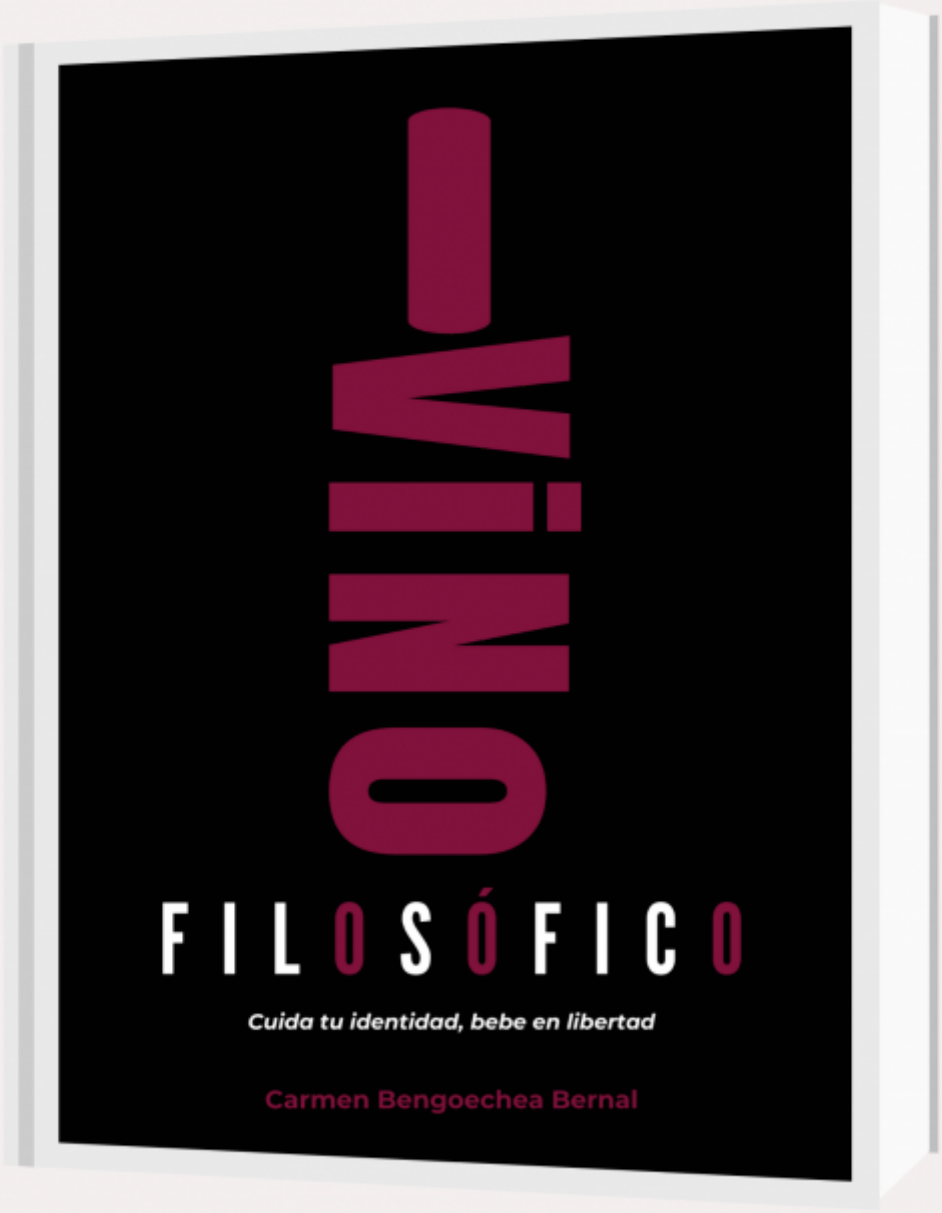
Más consecuencias negativas que positivas

¿Alguna vez has pensado en los matices entre bienbeber y malbeber? ¿Por

qué?

Comparto contigo esta imagen que aparece en mi libro «El vino filosófico. Cuida de tu identidad, bebe en libertad» en la que reflexiono sobre los matices entre bienbeber y malbeber.

¿Un libro?



TE ESPERA AQUÍ

Tu forma de consumir vino tiene consecuencias para tu bienestar y tus relaciones con otras personas. Reflexionar sobre los distintos elementos que componen la experiencia del vino hace que tu deleite sea más intenso.

En ocasiones tus vivencias se tornan en experiencia cuando dedicas tiempo a pensar en lo que aprendes de ellas y cómo disfrutarlas más cuando propician tu bienestar. **El consumo es una decisión**, como toda decisión tiene tres pilares: la reflexión, la afectividad y la acción.

Preguntas para reflexionar sobre tu consumo: ¿cuál es la finalidad para beber hoy?, ¿qué ha causado que hoy quiera beber? ¿Piensas en alguna más?

Preguntas para cuidar tu consumo: ¿cuántas copas tomaré?, ¿beberé en soledad o en compañía? ¿Piensas en alguna más?

Preguntas para actuar: ¿en qué lugar voy beber?, ¿a qué hora voy hacerlo? ¿Piensas en alguna más?

Hacerte las preguntas que faciliten una experiencia estupenda del vino sin dañarte ni dañar es tu decisión.

¿Te atreves a vinosofar?

Un abrazo vinosófico, Carmen Bengoechea Bernal

#vinosofía #vino #bodegas #gastronomía #viñedos #uvas #filosofía #reflexión #afectividad #acción #decisiones #consumo #bienestar #comunidadvinófaga #comunidadlectora #libros #leer #escribir #autoedición #bienbeber