

La silla de agosto

Septiembre no pide reinención. Pide reentrada. Esta página no es una lista de propósitos. Es un sitio para decidir, con calma, qué parte del verano se queda a la mesa cuando vuelva la rutina.

Cómo usarla

- Rellénala a lápiz, en un rato quieto. No hace falta terminarla de una vez.
- Una sola cosa conservada vale más que diez intenciones.
- Si hay niños en casa, una columna puede ser compartida en voz alta.

Qué se queda a la mesa

Lo que agosto me dio	Lo quiero conservar	Cómo entra en septiembre	Qué suelto sin drama

Un gesto mínimo de reentrada

No hace falta un plan de vida. Basta un gesto que quepa en una semana real:

Dormir Adelantar 15 minutos la noche, no la alarma.	Mañana Diez minutos sin móvil antes del primer compromiso.
Cuerpo Un resto de agosto: caminar, playa o el gimnasio.	Casa Una cena más temprano, dos días, para ensayar el horario.
Trabajo Un borde claro: a esta hora se cierra el día, aunque quede algo.	Vínculo Una charla que el verano permitió y septiembre cancela.

El calendario invisible

La vuelta no se juega solo en el horario del colegio o del juzgado. Se juega en lo que no aparece en la agenda: compras, ropa, meriendas, el ánimo del lunes, el trayecto, la cena. Mapea solo la primera semana.

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Mañana					
Mediodía					
Tarde					
Noche					

Tres preguntas para la mesa

- 1 ¿Qué del verano nos sentó bien y no necesita un plan para repetirse?
- 2 ¿Dónde suele romperse la mañana en esta casa, y qué la haría un poco menos carrera?
- 3 Si agosto pudiera quedarse en una sola costumbre, ¿cuál sería?

La frase para volver al texto

Cuando la rutina vuelva a ocupar la mesa, ¿qué parte de agosto quieres que siga teniendo silla?