

Creer en uno mismo



Dr. J.R. Román

www.motivando.com
jromanmotivando@gmail.com

Cuando uno cree que puede, uno se comunica y se expresa de una forma diferente. Pero hay momentos en que se cierran todas las puertas y no vemos alternativas para superar los obstáculos que nos impiden llegar a nuestras metas. Nos podemos sentir débiles y hasta olvidar que sí estamos preparados y que hemos nacido para triunfar. Solo se necesita creer en uno mismo. Debemos revisar nuestras creencias y evaluar cuáles nos dan fuerzas y cuáles nos las quitan. Muchas veces pasamos tiempo enfocados en lo que nos quita fuerzas, por lo que debemos tener muy claros los conceptos y los pensamientos que nos pueden ayudar a convertirnos en la persona que tenemos derecho a ser, ya que contamos con todas las posibilidades del mundo para ser felices.

Primero, se debe creer en uno mismo y en que todo obra para bien. Por eso, no hay fracasos, sino, más bien, solo resultados no deseados. Si tenemos el compromiso firme de producir un cambio en las creencias, los valores, las actitudes, los pensamientos, o los hábitos, no debe haber la menor duda de que se está destinado al triunfo. El buen concepto de uno mismo y la buena autoestima van a producir la convicción para elevarse e impulsarse y buscar soluciones a cualquier obstáculo que surja. Creyendo en uno mismo se pueden convertir los sueños en realidad, lo invisible en visible, lo difícil en fácil, lo imposible en posible. Contamos con un potencial que nos ha dado Dios y con una capacidad espiritual única. Tenemos capacidad de pensar, de visualizar hacia dónde nos dirigimos y contamos con herramientas poderosas para desarrollar conocimientos, pero, ante todo, uno debe creer en uno mismo.

¿Cómo comunicarse con uno mismo? ¿Qué imágenes nos producen confianza, fe y esperanza? Cuidemos la comunicación con nosotros mismos. Si pensamos en situaciones difíciles que producen ansiedad o inseguridad, tengamos presente que los pensamientos nos producen sentimientos y si estos no son los mejores, nos pueden deprimir; más bien, ¡recordemos que tenemos los recursos para resolver todos nuestros problemas! Por eso, nos debemos preguntar si realmente nos estamos comunicando bien con nosotros mismos, si nos sentimos orgullosos de nuestros logros, si estamos trabajando para convertirnos en quien deseamos, si creemos en la gente que nos rodea y si están mejorando nuestras áreas frágiles o lastimadas.

No olvidemos que nosotros podemos gobernar nuestro estado emocional y que somos capaces de tomar el control de nuestros pensamientos, destacando los que enriquecen la vida y quitando cualquier experiencia que nos quite fuerzas.

Además, los valores que enriquecen la vida están relacionados con la calidad de nuestro carácter y de nuestro comportamiento. De esa manera, somos capaces de producir las fuerzas que nos puedan ayudar a levantar el espíritu y a alcanzar los sueños deseados. Podemos entrar a un nuevo nivel, físico, emocional, espiritual, familiar o económico. Teniendo presente el valor de nuestros sueños y aspiraciones, creyendo en nosotros mismos y luchando con perseverancia para alcanzarlos podemos conquistar nuestras metas. 