

Yo Puedo!!! , Yo Soy... !!!

Introducción

Yo soy es una palabra muy potente que luego diré porque, por ahora analicemos que cada día estamos sometidos a un sin fin de palabras negativas hacia nosotros, lo peor de todo que son formuladas por nada menos y nada mas, que por mí.

Pensemos que nos levantamos en la mañana, diciendo uff el día esta lluvioso, frío, caluroso, con viento, pero siempre en un tono de no agradable, luego nos vemos en el espejo y uff que soy gordo, flaco, oscuro, blanco, que la cara, que las piernas, que la oreja; Luego avanzamos en el día bombardeándonos de palabras negativas hacia nosotros mismos, por cuanto realicen en siguiente ejercicio conciente: escúchense el día entero y verán lo que digo es verdad. Ahora bien, que efecto tiene esto en nosotros; pues que crees tu?, es pésimo. Cada día estas negándote, apocándote, achicándote, lo cual implica bajísima capacidad de amarme a mí mismo y por ende a los demás. Pero como siempre digo, tranquilos usted puede cambiar todo esto.

Caminemos

Ahora bien, repitamos el ejercicio anterior donde me escucho concientemente mis palabras con respecto a la vida cotidiana, pero esta vez transformemos el pensamiento en positivo.

Por ejemplo

1. - si me levanto en la mañana y veo que esta lloviendo, claro voy a pensar uff me mojare, que lata salir, que lata levantarse, que dia más penca.

Ahora transformemos esto, me levanto y veo que esta lloviendo, uyyyyy que bello es ver llover disfrutar de la naturaleza que nos regala un día diferente cada día, podré utilizar ropa mas abrigadita, me dará la posibilidad de mirar al cielo y contemplar las nubes y sentir el agua pura acariciar mi rostro.

Este simple ejercicio me cambiara radicalmente mi forma de abordar en día; de oscuro pasa a claro automáticamente.

2.- Si me veo en el espejo, claro puede que este un tanto así o un tanto asa, pero OJO, una persona que se acepta tal cual es, que cada día trabaja en afirmase que todo es fantástico que todo esta bien es su vida, tiene un estado de felicidad, y esta felicidad se irradia en el cuerpo y las personas se ven bien. Irradiar FELICIDAD nos hace ser bellos.

Transforma tu día en Positivo, claro vas a tender pensar negativo, pero frénalo y cambia enseguida a un pensamiento positivo.

Yo Puedo!!! , Yo Soy... !!!

Preocuparse no es lo mismo que ocuparse

El dicho es claro quien logra sus metas en la vida, quien pasa pensando en ellas, o el que piensa y trabaja por ellas.

Este dicho nos invita a dejar de preocuparnos, esto nos hace daño, nos lastima, nos transforma en melancólicos, vulnerable, y provoca infelicidad. En cambio si nos ocupamos, todo cambia, todo se transforma, hemos tomado las riendas de nuestra preocupación y nos estamos ocupando en que todo resulte, puede que tarde pero la meta esta a la vuelta de la esquina.

Ocupémonos con felicidad, con miras a conseguir nuestra meta, lo que queremos para si o para alguien más.

Si me preocupa mis finanzas, pues bien deja de preocuparte, cada día que pasa estas perdiendo tiempo en ello, toma las riendas y juégatela en lograr salir adelante “ OCUPATE “ y por sobre todo ten fe y confianza en ti, esto te llevara al éxito.

Si tengo algún cercano enfermo, afligido; pues bien, ocúpate, ayúdalo a salir adelante, levántalo, dale el amino que necesita, dale o envíale mucho, pero mucho amor, sobre todo si esta enfermo, y además piensa en la persona como la haz visto en su mejor momento y envíale amor ya sea con solo pensarlo. OCUPATE.

Esto te dará otra vision de las cosas, te dará la felicidad que buscabas, la paz en tu interior y evolucionaras aun camino de amor.

Yo Soy

La palabra más potente que utilizamos a diario es él “Yo Soy” y vivimos repitiendo Yo soy; esto implica que estoy grabando en mi cerebro, en mi corazón, y por sobre todo en mi esencia, aquello que afirmo cada día.

Alguien nos dice a diario, Yo soy la vida, Yo soy amor, Yo soy quien tu llevas dentro de ti.

Esto nos invita a que tengamos cuidado con lo que afirmamos de nosotros mismos, alguien dijo, el cerebro no tiene sentido del humor, no entiende las bromas en doble sentido, para el es blanco o negro, no existe el gris, por lo que nuestra afirmaciones deben ser categóricas,

Yo Soy alegre,
Yo Soy feliz
Yo soy amor,
Yo soy Inteligente
Yo soy simpático

Nuestra evolución a un camino de felicidad solo depende de nosotros, de cada día afirmar positivamente, de ocuparnos de nuestras preocupaciones, de avanzar cada día a ser una mejor persona, a ser felices. Con ello verán que irradiaran felicidad, paz, armonía y amor, eh increíblemente se sentirán bien, debido a que por un lado estoy evolucionando positivamente y por otro al irradiar felicidad, la estoy compartiendo con los demás.

Yo Puedo!!! , Yo Soy... !!!

Camino sustentable

Fe y miedo aunque no lo crean es lo mismo pero con diferentes connotaciones, una nos lleva a la oscuridad a la duda, al temor que nos provoca estrés, enfermedad y nos da la sensación que nos debemos bajar de este mundo inmediatamente, esto es el miedo.

La luz, la certeza que voy por el buen camino, la capacidad de sentir que todo lo bueno es para mi, que todo lo bueno me esta pasando, todo lo bueno viene hacia mi, que tengo la certeza que todo me resultara, esto amigos, esto es lo mas importante de la vida, la Fe, por que la el paradigma de que la Fe mueve montañas , no es otra cosa, que Yo soy fe, Yo tengo fe, que puede cambiar, que puedo hacer lo mejor en mi, que cada dia evoluciono.

El miedo y la fe ocupan en mismo espacio y tiempo, por tanto para que perder espacio y tiempo en el miedo si se lo puedes otorgar todo a la Fe.

Siente como si todo lo bueno ya te este ocurriendo

Siente como si todo el amor del universo te abrazara

Siente que eres el núcleo fundamental del amor

Siente que junta estos núcleo con tu familia y cercanos y que puedes cambiar tu mundo y el de los demas.

El poder de uno es el poder de todos, el poder de Dios, es tu poder

Amor y luz es nuestra búsqueda, encuéntrala , abrazalos y sobre todo compártela.

Yo Puedo!!! , Yo Soy... !!!

DEDICADO A QUIÉNES VEN UNA LUZ EN SU CAMINO

Para Ver los otros temas expuestos puede ingresar a
www.vidaom.cl

Puedes hacer tus comentarios a

yosoy@vidaom.cl

Otros Temas

- Bienvenido a la Luz
- Como Volver al Camino
 - Magia de Amor
 - Sentir la Meta
- Yo Puedo!!! Yo Soy... !!!