

Aptitud y actitud, por Ernesto Faengo Pérez

Para triunfar en la vida hay que tomar decisiones, en cualquier sentido tendrán consecuencias, habrá que enfrentarlas, para ello y por ello estamos y existimos Tener una actitud mental positiva te ayudara a eliminar el temor.

Dentro de la sociedad actual, encontramos a mucha gente víctima del temor. Viven constreñidos, semiparalizados, insertos en un estado de ánimo negativo que va más allá de lo que aparece en la superficie de la gente con temor. Mucha gente no se atreve a enfrentarse a ellos mismos, a su problemática y a su situación. Ante el temor, cada vez que deben actuar, tomar una decisión se angustian, dudan, se confunden, algunos invocan a Dios buscando fuerza espiritual para actuar, pero de todas maneras continúan confundidos y siguen con la incertidumbre.

Es probable que toda la vida tengamos que lidiar con el miedo. Si esperamos a que desaparezcan nuestros miedos antes de empezar a hacer algo, jamás comenzaremos. El libro de Proverbios menciona a un granjero tonto que esperaba a que el cielo esté totalmente despejado para sembrar el campo. Casi siempre hay por lo menos una nube en el cielo y aquellos que están acostumbrados a observarlo probablemente vean más. No existe el momento perfecto, sólo es un gran pretexto y una explicación racional para no avanzar

La mejor manera de vencer el miedo es mirar hacia delante. Aceptar a los demás, sin juzgarlos, sin expectativas, es algo fácil de decir y difícil de hacer.

El miedo siempre es el problema; el amor siempre es la solución. Amar incondicionalmente significa celebrar la inteligencia divina trascendiendo todos los miedos. Es un constante desafío para el equilibrio de la dualidad razón/emoción. Este equilibrio significa, vivir lo eterno ahora, sin resentimientos del pasado, ni expectativas del futuro. Al amar incondicionalmente aprendes a codificar el futuro sólo como una posibilidad y no como una expectativa. Una expectativa incumplida genera frustración. Una posibilidad, aunque no se concrete, sigue siendo una posibilidad.

El miedo es parte de la vida. ¿Cuáles son tus miedos que no te dejan alcanzar tus metas? Una vez que has asimilado que los miedos nunca van a desaparecer, ¿cuánto tiempo más estás

dispuesto a seguir estancado?

Te recomiendo que cantes todas las mañanas para fortalecer tus emociones. Recuerda que el pájaro no canta porque sea feliz, sino es feliz porque canta. Cuando alguien te pregunte cómo estás, en tu mente responde: Lleno de amor y sentirás luego el milagro de esta declaración

“La gente triunfa más por su actitud que por su aptitud.”

Juan Antón

Dr. Ernesto Faengo Pérez