

# Desde la Península de la Amistad: Vencer obstáculos

En mi reflexión de la semana, comienzo por decir una frase de autor anónimo, la misma, dice así: **«La vida está llena de obstáculos, pero cada uno de ellos es una oportunidad para crecer y demostrar nuestra fortaleza»**. Excelente frase, como para tenerla presente en nuestro diario vivir, porque todos enfrentamos casi a diario, **desafíos en la vida**, momentos en los que parece que el camino está lleno de retos insuperables. No obstante, lo que define nuestro **éxito no es la ausencia de obstáculos, sino cómo los enfrentamos para vencerlos**.

Así que, sin más preámbulo, el empresario estadounidense, Henry Ford, llegó a afirmar: **«Los obstáculos son esas cosas espantosas que vemos cuando apartamos los ojos de nuestras metas»**. Todos en nuestra vida, hemos enfrentado desafíos que nos ponen a prueba y nos empujan a nuestros límites. De manera, que **identificar y entender** los obstáculos que se nos presenten, es el primer paso esencial para **superarlos y vencerlos**.

En el camino de la vida, no todo es color de rosa, de modo, que pudiésemos decir que nos vamos encontrar con dos tipos de obstáculos: **internos y externos**.

Los obstáculos internos, son aquellas barreras que provienen de nuestra mente **y emociones**, por lo general, no son sencillos de superar, debido a que están profundamente arraigados en nuestras creencias y percepciones... hay muchos obstáculos **internos**, pero vamos a referirnos a dos de ellos, que son los más comunes: uno, el miedo **al fracaso** y dos, la **falta de confianza en uno mismo**.

El miedo al fracaso, es el temor a no lograr lo que nos proponemos y eso puede paralizarnos, ya que este tipo de miedo, con frecuencia surge de **experiencias pasadas negativas o de una falta de confianza en nuestras habilidades**. En este caso, lo que tenemos es que enfrentar el miedo que nos acosa, entendiendo que **el fracaso es parte del proceso de aprendizaje y crecimiento**.

La falta de confianza en uno mismo, es cuando sentimos que **no somos lo suficientemente capaces para vencer un obstáculo cuando aún, ni siquiera lo hemos intentado...** en este caso tenemos que saber, que la **autoconfianza** se construye con pequeños logros diarios y reconociendo nuestras **fortalezas y habilidades**.

Los obstáculos **externos**, son aquellos que aparecen del entorno y las circunstancias que nos rodean y, aunque pueden ser difíciles de controlar, cuando **identificamos** este tipo de obstáculos, nos permite **desarrollar estrategias para manejarlos con mayor fluidez...** dos de los obstáculos externos más comunes son: **la falta de recurso económico y dos, un entorno carente de armonía**.

A veces, la falta de dinero puede ser un gran obstáculo externo, en este caso, es básico ser creativo y buscar alternativas, como por ejemplo, **aprender nuevas habilidades, pedir ayuda o encontrar fórmulas innovadoras para alcanzar nuestras metas**.

Por otro lado, un **entorno carente de armonía, no fomenta el**

**crecimiento personal** y la superación de obstáculos puede ser muy limitada... De manera, que al darnos cuenta de este obstáculo, tenemos que buscar **otros espacios** que nos inspiren, ya sea físicamente o a través de otro grupo, esto puede **marcar una gran diferencia**.

En resumen, identificar claramente estos obstáculos, tanto internos como externos, es el primer **paso para diseñar estrategias efectivas para vencerlos**. Al hacerlo, nos fortalecemos para tomar control de nuestras vidas y avanzar con **firmeza hacia el logro nuestras metas**.

Para finalizar, no olvidemos en recordar: que al **VENCER UN OBSTÁCULO**, es una oportunidad para **crecer y un paso más, hacia el éxito**.

Si le gustó mi reflexión de la semana, cuánto le agradezco que me ayude a compartirla.

¡Un abrazo lleno de bendiciones!

***Por Fredis Villanueva.***