

La Resiliencia

En mi reflexión de la semana, empiezo por decir, que hablar de la RESILIENCIA, es recordar cada mañana al despertarnos, después de darles gracias a Dios por un nuevo día de vida, la frase de la actriz estadounidense, Tamara Bromn, ella afirma: «Levántate y haz que el día sea maravilloso a pesar de los obstáculos», así mismo es, solo nosotros podemos hacer que nuestro día, sea bueno o malo, es más, NO podemos negar que en la vida en cualquier momento nos vamos a encontrar con diferentes tipos de adversidades, que nos pueden lanzar contra el suelo, pero debemos tener la fuerza y la voluntad necesaria para levantarnos y continuar adelante.

Así que, sin más preámbulo, la RESILIENCIA es una de las cualidades más importantes de las personas, aunque es poca conocida, hasta el punto que suele ser subestimada, no obstante, la resiliencia nos permite afrontar diversos tipos de situaciones adversas de forma práctica y saludable.

De manera, que la resiliencia es una cualidad en el ser humano para hacerle frente a las adversidades de la vida y ser transformadas positivamente. Pero, podemos ir mucho más allá, al entender que la resiliencia, por el mismo hecho de ser una cualidad, nos permite afrontar desafíos y superarlos exitosamente.

Para lograr ser una persona resiliente es necesario profundizar y reforzar ciertas características de nuestra personalidad que nos permitan superar los retos de cada día con éxito, y una de las características más resaltantes, es rodearse de gente que mantiene una actitud positiva ante la vida.

En lo personal pienso: que debemos aprender que un fracaso NO es el final del camino, sino una oportunidad para crecer y salir adelante con mayor sabiduría. No olvidemos en recordar, que con perseverancia, disciplina y una visión clara y realista de lo que buscamos lograr, podemos transformar cualquier obstáculo en un puente hacia el éxito.

¡Un abrazo lleno de bendiciones!

Por Fredis Villanueva