¿POR QUÉ FRACASAN ALGUNAS DE NUESTRAS INICIATIVAS?

Néstor Salgado

“La estima se fortalece en nuestra infancia, si recibimos el amor que todo niño se merece; si no fue tu caso, este curso sanara viejas heridas y restaurara tu Auto-Estima”

Introducción ¿Porque fracasan algunas de nuestras iniciativas?

Generalmente cuando planeamos realizar algún proyecto laboral, educativo, político, Ministerial o Social, etc.

Pensamos en su viabilidad una vez meditado sobre los beneficios, o posibles perjuicios; siempre basados en el bien común y emprendemos la iniciativa; luego de un tiempo de persistir en la tarea y no alcanzar los objetivos, más de una vez damos por fracasado el proyecto y lo abandonamos.

Si analizamos con detenimiento las causas, nos daremos cuenta que nos falto más actitud, disciplina y compromiso.

Si bien hay algunas circunstancias que pueden condicionar un resultado; nuestro compromiso con la idea que consideramos implementar debe ser sostenida ante las adversidades.

Actuando con una actitud noble y lealtad alcanzaremos la concreción positiva de la mayoría de nuestras aspiraciones.

Son muchas las actividades creativas y espirituales que puede realizar una persona.

Cada una de ellas le permitirá fortalecer su autoestima; estar dispuesto aprender siempre algo nuevo será un generador de entusiasmo y nos motivara cada día, haciéndonos sentir que nuestra vida es un continuo renovarse en positivo

Este Curso es una herramienta valida para fortalecer su Auto-Estima, medite en lo que lee, haga de su mente un gimnasio mental y estimule los pensamientos positivos.

"Quien en la vida no se atreve a seguir aprendiendo, a crecer como persona sintiendo que sus limitaciones se pueden suplir con más sabiduría; no sabe o no comprende, que la cima es cima, porque esta expuesta a los vientos, pero ve primero el sol”

El Autor

Cuales de estas tareas Positivas realizas

Son muchas las actividades creativas y espirituales que puede realizar una persona.
Cada una de ellas le permitirá fortalecer su autoestima; estar dispuesto aprender siempre algo nuevo será un generador de entusiasmo y nos motivara cada día, haciéndonos sentir que nuestra vida es un continuo renovarse en positivo.
No importa la situación Socio-Económica de la persona tanto, sino su actitud.
Muchas veces los limites para emprender nuevas actividades que nos ayuden a estar mejor, no los imponemos a nosotros mismos; algunas veces por no animarnos a emprender nuevos desafíos y otras veces por rutinarios o comodidad.
-Lógicamente es comprensible que algunas personas con capacidades diferentes, tendrán algunas limitaciones para realizar algunas actividades.
Pero pueden emprender otras que por su variedad no comentamos entre las mencionadas a continuación.

1. Meditación
2. Control Mental Positivo
3. Oración
4. Escritura Creativa
5. Caricias y abrazos
6. Nuevos proyectos Solidarios
7. Dar de tu tiempo a una causa noble
8. Pintar cuadros
9. Artesanías
10. Lecturas edificantes
11. Teatro
12. Participar en Coros Vocales/Instrumentales
13. Cantar o tocar instrumentos musicales
14. Practicar Deportes
15. Baile (Danza ect)
16. Colaborar con Medios de Comunicación
17. Participar de Redes Sociales

18. Educar
19. Cuidar la Naturaleza
20. Predicar tu creencia
21. Donar órganos
22. Compartir el pan con los necesitados
23. Legislar/Gobernar
24. Trabajar en Salud Publica
25. Participar de un Taller de Auto-estima
26. Reir como terapia generadora de bienestar emocional
27. Otros/as

Podemos generar nuestro propio bienestar, si nos animamos apreciar nuestras capacidades y aprendemos nuevas tareas o disciplinas que nos ayuden a vivir mejor, es cuestión de comenzar hoy mismo, esta es nuestra oportunidad.

Como resolver Conflictos

“Sin lastimar nuestra Autoestima”

Muchos conflictos se ocasionan en el hogar, el trabajo y en el trato cotidiano con otras personas.

Los conflictos generalmente se producen entre las personas por causa de una actitud egoísta; cuando un Ser Humano lucha por conseguir o tener poder o lo ejerce de mala manera, menos se obtiene porque el poder no se consigue por la manipulación. “El poder es como el respeto, se gana”

Porque muchas veces luchamos para satisfacer nuestros propios deleites (Efesios 4.29) deberíamos evitar actuar en forma egoísta y para conseguirlo debemos recurrir a lo mejor de nosotros mismos, la bondad humana.

Siempre es importante dialogar y acordar para poder superar las diferencias.

Si resolvemos favorablemente los conflictos que se nos presentan a diario con creatividad y sensibilidad, nuestras relaciones prosperaran.

“Aprendiendo a escucharnos”

El conflicto es nada más que un problema mal administrado, comienza en un mal entendido, algo pequeño, pero ese problema mal resuelto termina en una dificultad muy difícil de superar; por eso Alumnos resaltamos aquí la importancia de comunicarnos bien con el prójimo y si surge un problema admitirlo y resolverlo aclarando las palabras que se han usado en la discusión y que no se han entendido bien o se han mal interpretado.

Resolver un problema es llegar a un compromiso donde ambas partes están satisfechas con lo acordado; es importante dejar de lado los recelos y las dudas y confiar nuevamente si para resolverlo hemos actuado de buena voluntad y con una actitud positiva; debo resaltar la importancia de escucharnos mutuamente

Si ambos se escuchan con atención las repuestas serán las adecuadas; para resolver un problema siempre hay que pensar antes de hablar.

Si acudimos a nuestra sabiduría interna el éxito en nuestras relaciones con quienes tratamos estará prácticamente asegura.

En un bello poema te invito aprender a superarte, mediante sus versos encontraras un mensaje que te estimulara y dará un sentido positivo a tu vida cotidiana.

"Si aprendes a Superarte"

Cada día.

Cada noche

Cada semana.

Cada mes.

Cada año.
Hasta el despertar
de nuestra conciencia
más allá
de los límites impuestos
por la realidad.
Entonces si amas, lo harás
en plenitud.
Si brindas tu amistad
será desde el corazón, sin condiciones.
Si aprendes ha superarte cada día
la vida tendrá reservado
para ti...
Un futuro de prosperidad.

Personas creativas

Dicen que los Argentinos somos muy creativos, eso nos lleva a buscar una solución a la mayoría de las dificultades de la vida cotidiana; somos pródigos en imaginarnos alternativas y como tenemos mucho sentido del humor solemos reírnos de nosotros mismos, o inventar un cuento basado en nuestras torpezas, esto genera, por un lado distendernos en un momento de tensión ante una dificultad y por el otro nos muestra nuestra necesidad de seguir aprendiendo, evitando convertirnos en personas egocéntricas, que se creen seres superiores; cuando en realidad el soberbio/a muestra con su actitud sus propias inseguridades

Aprender de la experiencia de nuestros mayores

Muchas veces es importante conocer la opinión de personas que han vivido experiencias parecidas y que pueden orientarnos y ayudarnos a generar nuevas soluciones, relatare algunos ejemplos en donde el consejo de otras personas me permitió resolver algunas situaciones complicadas

-Hace un tiempo mientras conducía un tractor con una pala mecánica trabajaba en unos corrales destinados al encierre de animales; era un trabajo complicado por la falta de suficiente espacio para maniobrar, lo estaba resolviendo muy bien, hasta que al finalizar la tarea, el jefe a cargo del personal me pidió que saliera por una tranquera junto a la manga (una construcción de madera donde se encierran animales) y descargara la última palada de tierra en la salida de la manga, eso significaba un riesgo, porque debía salir con la herramienta por un lugar estrecho y debía girar para no quedar atrapado entre la manga de madera y la tranquera; maniobre con suma prudencia pero una de las ruedas grandes del tractor, se trabo en un palo, si continuaba podía romper algún elemento, me baje miramos y analizamos todas las posibilidades y el encargado, un hombre mayor con mucha experiencia en este tipo de trabajos, me aconsejo colocar debajo de la rueda una tabla, que al pisarla el tractor elevo unos centímetros la rueda y supero el escollo satisfactoriamente –

-En mi lugar de trabajo suelo realizar algunas tareas de mantenimiento; en una oportunidad unas luces flourecentes me estaban complicando el día, le había cambiado los repuestos y seguían sin funcionar, un veterano electricista, giro los tubos (focos) eran cuatro dándoles media vuelta y los encendió perfectamente, al hacer mejor contacto se soluciono el inconveniente y no es mi torpeza sino la validez de su experiencia, la que resolvió en esta oportunidad la dificultad en el encendido, si sostenemos una actitud abierta al aprendizaje, siempre aprenderemos cosas nuevas-

"Ser más creativo es aprender el arte de lo posible y hacerlo realidad"(Néstor Salgado)

Ser creativos nos evitara preocuparnos, porque seremos generadores de soluciones practicas, recuerden que las Pre-ocupaciones (fíjate su significado) Pre- es previo a que algo suceda, que distinta seria nuestra vida si en lugar de vivir preocupados, en gran medida(totalmente no seria posible) Quitáramos la palabra y la actitud de amargarnos previamente y solo cada vez que surge una dificultad, luego de un simple análisis de beneficios y perjuicios de una decisión nos ocupáramos sin dilatar más el

tiempo, hay de igual manera algunas cosas que podemos hacer para disminuir el estrés y la angustia, que al realizarlas nos sentiremos personas creativas, relajadas y hasta en buena medida realizadas.

Escribir Trabajar la tierra, realizando y cuidando un jardín o una huerta, Pintar, Ser artesanos, cocinar, estudiar, enamorarnos

Describe aquí en pocas palabras cuales tareas realizas y cuales postergas y si postergarlas tiene algún sentido; si desde ahora en más comenzaras a tomar más decisiones personales.

Respuestas: ……

……

……

Capacidades Psíquicas

El Ser Humano es poseedor de un enorme potencial mental; del cual muchas veces suele sorprenderse; la parapsicología* Científica mediante estudios de laboratorio ha podido lograr la comprobación de fenómenos mentales; tales como la clarividencia, telepatía y precognición.

El día que todos los Seres Humanos seamos concientes de esta capacidad natural de la mente humana que algunos fanáticos religiosos y psicólogos racionalistas han descalificado; unos calificándolos de malos y otros ignorándolos como teorías absurdas, ese día gran parte de la comunicación dejara de ser tecnológica (y un gran negocio para pocos) y comenzara a ser mental mediante la telepatía, *incluso podrán anticiparse a hechos futuros mediante la clarividencia.*

La Psicología ampliara su campo de acción si incorpora estos avances o desaparecerá como Teoría creíble; la religión lo reconocerá como algo natural que siempre fue utilizado sabiamente por los Profetas y Visionarios; sin buscar su interpretación o resolución científica, pero practicándola.

Un viejo y Aristocrático filosofo en su afán por explicar desde lo racional la escritura de un texto con intereses filosóficos, periodísticos, literarios y espirituales, diría que es un nuevo intento por apreciar el talento creativo que permanece latente en cada ser humano, pero que suele olvidar obnubilado por el facilismo de un mundo mecanizado, en el cual el individuo solo se torna momentáneamente creativo en pos de un objetivo económico, luego conseguida esta meta, vuelve a la apatía y al desencanto, apenas dispersado temporalmente por alguna flecha de Cupido.

Porque el hombre o la mujer que se enamora siempre apostara al futuro.

Tiene en su fuero intimo la seguridad que vivir vale la pena.

Un Psicólogo diría que vivir en positivo, solo es una frase si no tomamos plena conciencia de la necesidad de pensar y actuar con optimismo.

En cambio un Consejero Sentimental nos motivaría a considerar la vida un camino, en el cual nuestra actitud lo puede todo.

Un cuento que escribí hace un tiempo desde la literatura nos enseña, como actuar ante un problema con una actitud relajada y positiva.

El “Ego” y la literatura

Arturo era un veterano maestro espiritual; vivía retirado en una pequeña granja de la cual manaba leche y miel como decían los profetas; al referirse a los productos obtenidos de aquella fértil tierra de Palestina.

Cada tanto era visitado por alguna persona, que muchas veces viajaba largas distancias para poder dialogar con el maestro; generalmente con alguna duda o dificultad que no sabia discernir con sabiduría.

Un día fue visitado por un escriba; en esa época las pocas personas que tenían el conocimiento de la escritura, eran muy importantes y disfrutaban de cargos públicos en los distintas formas de Gobierno o Reinado.

No obstante esta situación, el escriba Josef llego al encuentro del sabio con un semblante de preocupación y algo de angustia.

¡¡¡Que ocurre Josef*!!! .* Expreso el anciano *–Maestro estoy preocupado, mi tarea es relatar historias- -y yo no logro inspirarme últimamente-*

-Eso es fácil de superar dijo el anciano—Vete y olvídate de tu deseo y retorna cuando tu semblante sea más alegre-

Pocos días después regreso nuevamente y dijo *–Maestro- Yo no puedo inspirarme-*

-Márchate a tu tierra tranquilo tu dificultad esta resuelta manifestó Arturo; pero antes de partir deja aquí tu ansiedad.

Salio el discípulo y al olvidarse de su deseo, simplemente comenzó a escribir…

Transfórmate en un/a buscador/a de la verdad

El libro era apasionante, el escritor aparentemente sabia como atrapar a un lector, cada página se asemejaba una fina hebra de una cuidada telaraña.

Daniela, es buena lectora ,sabe seleccionar los textos y disfruta de aquellos relatos bien estructurados en donde se evidencia un cuidadoso trabajo intelectual; especialmente valora aquellos libros que tratan temas filosóficos, tratando de responder algunas preguntas que el ser humano se ha planteado desde épocas muy remotas; no desconocía las múltiples respuestas y planteos espirituales sobre estos apasionantes temas existenciales, pero comprendía, que casi todas las posturas eran parciales y eso la motivaba a ser una buscadora de la verdad, era, decían algunos una mujer carismática, educada y muy hermosa.

Estaba realmente interesada en el relato cuando su teléfono interrumpió su lectura, tomo el auricular he intuitivamente sabia quien llamaba, raramente su sexto sentido se equivocaba y una vez más acertó, la voz pausada de su profesor de literatura le recordó que al día siguiente tenían una cita académica.

Siempre le había intrigado la vida de los grandes escritores y pintores especialmente aquellos que ingresaban en el apasionante

Mundo de la metafísica, tales como Ernesto Sábato, Leonardo Da Vinci y un novel escritor que conocía personalmente, Jorge Santoro, Admiraba la valentía de estos hombres, como también el coraje de Juana de la Cruz* cuando desafiaba en su literatura a “los hombres necios que acusáis” especialmente expresadas en épocas poco propicias para una postura feminista, pero allí radicaba el verdadero cambio, en el hecho de no seguir el curso mediocre de la historia, sino en emprender un desafío superador.

Un Cambio de actitud

¿Cómo tomamos las dificultades de la vida cotidiana?
Nos sentimos impotentes, pensamos con amargura _*"Porque me pasa siempre esto a mí" "No sirvo para nada"*
O muy por el contrario tenemos una actitud positiva y cada dificultad es un desafío y un aprendizaje.
Si actuamos en forma reflexiva y trabajamos decididos a tratar de resolver cada problema , notaremos que al irlos resolviendo superamos nuestras inseguridades y nuestra auto-estima saldrá fortalecida.
En todos los casos será favorable tener la humildad de espíritu, como para pedir en oración el auxilio de la fuente inagotable de energía positiva que emana del Padre Celestial.
La vida es un continuo resolver problemas, si aprendemos a disfrutar de cada oportunidad, nuestra vida tendrá permanentes desafíos para ofrecernos y la felicidad no será un sueño irrealizable, sino algo posible, ha lo cual aspiramos y disfrutaremos cada vez que superemos una nueva meta.

#Hay un código para ser feliz, quien aprende a descifrarlo se da cuenta que es más sencillo de lo previsible, solo es cuestión de valorar la vida#

Preguntas:

¿Estimas que este curso te ayudara a tener una actitud diferente ante las dificultades?

…….

……
¿Te consideras un/a emprendedor/a, porque razones lo crees así?

…….

……

……

“El Mundo necesita buenas personas”

Esta finalizando los últimos capítulos del Curso Taller de Auto-Estima Positiva y seguramente las lecciones expuestas te habrán brindado algunas herramientas validas para el eficaz cuidado de tu estima personal.

Es importante que fortalezcas esta nueva actitud ante la vida; trabajes en el gimnasio de tu mente (ideas) sembrando pensamientos positivos, leyendo buenos libros, escuchando música agradable y disfrutando de tu progreso.

Nadie alcanza el éxito en sus emprendimientos, ni progresa económicamente o fortalece su espiritualidad, si no esta convencido que cada día vale la pena aprender algo nuevo, amar y ser amado, disfrutar de una sana amistad y ofrecerla ha cada Ser que lo merezca.

El Mundo necesita de buenas personas, con mejores actitudes positivas.

Poesía Vivir en Positivo

Vivir en positivo
es permanecer con esperanza.
Aferrarnos a los sueños.
Es sentirnos en libertad
aunque estemos prisioneros.

Es sobre todas las cosas, amar la vida.
Darnos cuenta que cada instante,
cada átomo, cada gota del océano
es sumamente necesaria.

Vivir con esta actitud
es apasionarse con lo simple.
Mirar el cielo, la luna
el sol y las estrellas
disfrutando esa magnificencia
del mismo modo que gozamos,
Acariciando un suave
pétalo de una flor en el jardín.

Es amigos míos
entender que para ser feliz
solo se necesita despertar
cada nuevo amanecer
enamorado de la vida.

Vivir en positivo

es, permanecer con esperanza…

Frases Positivas

"Quien en la vida no se atreve a seguir aprendiendo, a crecer como persona sintiendo que sus limitaciones se pueden suplir con más sabiduría; no sabe o no comprende, que la cima es cima, porque esta expuesta a los vientos, pero ve primero el sol”

“La mayor riqueza que posee una persona es su amabilidad; esa actitud ante la vida refleja su capacidad para amar y ser amado”

“Los sueños muchas veces se escribieron sobre un paredón, en un árbol, un cuaderno; solo tu decisión puede hacerlos realidad"

“YO PUEDO”

Los expertos en Control Mental Positivo recomiendan aprender meditación; porque el meditante logra relajar sus tensiones físicas y consecutivamente también se produce el relax mental.

En ese momento la persona en estado de relajación corporal y psíquica puede desarrollar un ejercicio basado en frases positivas, utilizando palabras como *Estoy cada vez mejor y mejor.. –Cada vez estoy más positivo… -Yo puedo… -Todo lo que me proponga en forma positiva será alcanzado…-Tengo siempre paz, amor y libertad… -Dios me prosperara, soy parte de su Esencia…*

Podrías utilizar otras que te gusten para obtener fortaleza interior, por ejemplo ante una importante reunión laboral, para destacarte deportivamente y no perder la concentración.

Estas herramientas mentales están disponibles y si las utilizamos nos permitirán mejorar nuestra Autoestima y nuestra eficacia ante las tareas que emprendamos cotidianamente; porque nuestra actitud será calma, madura y efectiva.

Datos del Autor:

Néstor O Salgado
Escritor, Comunicador Radial, Diplomado en Consejería
e-mail santoro222@yahoo.com.ar
Tiene 6 libros editados en Argentina; autor de varios Cursos de Capacitación publicados en las siguientes páginas www.mailxmail.com
www.emagister.com , Tres de sus libros han sido Reeditados en Inglaterra por la escritora y editora Española Gema Moraleja Paz, mediante Dexeo Editores, en www.lulu.com
Sus libros virtuales Publicados por "EN PLENITUD"

Se pueden descargar gratis desde la página www.enplenitud.com
Su último libro publicado es "Literatura Creativa Vivir en Positivo"
(Logo de Difusión)

Santoro222@yahoo.com.ar
http://es.netlog.com/escritoresargentinos
http://www.sonico.com/nestorsalgado