



Haz que tu mente sea tu mejor amiga



Tu mejor y tu peor amiga es tu forma de pensar. Pensar es algo que hacemos habitualmente, se dice "Eres lo que piensas" – la pregunta sería mejor: "¿Que es lo que piensas?" Los pensamientos que creamos son energía. Sabías que en un día generamos una media de treinta mil pensamientos.

¿ Cuanta energía representa eso?

¿ Que hacemos con ella?

Es importante entender que "TU" estas separado de tus pensamientos, Tú no eres tus pensamientos, tu mente... sino que éstos son tu creación.

Con este entendimiento podemos volvernos nuestro propio "observador imparcial"...

o como nos sugiere Don Miguel Ruiz (Autor de los 4 Acuerdos) mantenernos al "acecho" de nosotros mismos para poder mantener una relación correcta con ellos, ¿esto significa que tendremos que vigilar nuestros pensamientos? ...Sí, como cuando éramos chicos y veíamos en las películas de Disney al Pato Donald hablando por un lado con un diablito y por el otro con un angelito, el diablito representa la mente en negativo (cuando nos dice que no podemos, cuando nos desalienta) el angelito es nuestra energía positiva (a un nivel más puro, con mayor conciencia), convirtamos este "acecho" en algo divertido!

Si queremos cambiar nuestra conducta, concentrémonos en el pensamiento que la provoca, los pensamientos son como semillas: de ellos brotan nuestras actitudes y nuestras acciones.

SEA QUE CREAS QUE PUEDES O QUE NO PUEDES....TIENES RAZON!

Vince Lombarda

Según se comenta en la muy de moda película "El secreto" (les recomiendo verla) se ha probado que un pensamiento afirmativo es 100 veces más poderoso que un pensamiento negativo!

Los pensamientos negativos a nivel práctico te hacen perder energía y te debilitan.

Los pensamientos positivos son vibraciones de alta frecuencia, si pensamos que tendremos éxito acumularemos la energía necesaria para conseguirlo.

Se consiente de a donde se dirigen tus pensamientos , es ahí dónde también se irá tu energía

Así como piensas, así es tu vida...

Siembra un pensamiento, cosecha una acción...

Siembra una acción, cosecha un hábito...

Siembra un hábito, cosecha un carácter...

Siembra un carácter, cosecha un destino...

Si queremos tener éxito en algo nuevo siembra pensamientos de determinación, confianza, perseverancia, entusiasmo, positividad, y finalmente como nos sugiere Robert Kiyosaki (Autor de Padre Pobre, Padre Rico) preguntarnos realmente: deseo lograr aquello hasta los huesos?

Si es así tomar la DECISION y la DETERMINACION y entrar en ACCION!!!.

La mente es nuestra mejor aliada si solo la alimentamos con pensamientos positivos, saludables y espirituales, pero se convierte en nuestra enemiga si le permitimos que genere pensamientos inútiles, negativos o violentos. La calidad de ese alimento depende solo de nosotros...

Y tú, ¿ eres el mejor amigo de tu mente?

Dorina García Meda

Comunicóloga, Diplomada en PNL y Coaching

**Conéctate al mundo
de los negocios**



**Con la mejor estrategia
que tú necesitas**



inte legis

GRUPO CONSULTOR FISCAL

www.intelegis.com.mx

Estamos de tu lado



inte legis

GRUPO CONSULTOR FISCAL

- Guadalajara, Jal. ▪ Ciudad de México ▪ Tampico, Tamps ▪ Mérida, Yuc.
- Toluca, Méx. ▪ Villahermosa, Tab. ▪ Puebla, Pue. ▪ Aguascalientes, Ags.
- Puerto Vallarta, Jal. ▪ Cancún Q.Roo

www.intelegis.com.mx