

Trátate bien, ten cuidado con lo que dices

Trátate bien, ten cuidado con lo que dices

Trátate bien, sobre todo, ten cuidado con lo que te dices. Esta es una guía de ayuda para que dejes de quejarte y pongas remedio a algunos «supuestos males», los cuales, solo te pasan a tí, o eso es lo que tú te crees.



El poder de las palabras es algo de lo que se puede leer bastante. Haces una pequeña búsqueda y encontrarás cientos de posts.

He comprobado que cuando aprendes que no existe el fracaso, entenderás que todo forma parte del aprendizaje.

Ninguno nacemos sabiendo, a lo largo de la vida nos programan con algunos conocimientos pero eso no quiere decir que, con el paso del tiempo, puedas cambiar de opinión con respecto a ello y por lo tanto utilices otras acciones.

Trátate bien. El poder de tus palabras

Probablemente hayas sido contagiado con el *virus de la queja*, esas reuniones en que toda la gente se pone a contar sus penas, bien, hace tiempo leí un libro que se llama *El Secreto*, su autora es [Rhonda Byrne](#), si bien, también tiene sus detractores, como cualquier otra cosa, ella escribe algunos

casos que debes de conocer y que deberás aplicar.

Mientras te decides si leerlo, puedes ver este resumen animado:

En principio, hay una cosa prioritaria, como he dicho, líbrate del virus:

¡Deja de quejarte!

Todo el mundo tiene sus problemas, aunque, a veces, no los reconozca en público.

[Para comenzar a cambiarte, alguna cosa deberás retirar de tu vida, ejemplo, ¡deja de quejarte! #coaching #motivacion #proyectosocialbytes #cambiatuvida Clic para tuitear](#)

El siguiente paso también se puede también resumir, olvídate de decir frases negativas, más si te refieres a tí mismo, no van a arreglar nada, lejos de ello puede que la situación empeore.

Algunos ejemplos de estas palabras son manifestaciones negativas sobre tí mismo:

«No puedo», «Nunca conseguiré nada», «Jamás he hecho», «No soy bueno», todas ellas llevan una connotación negativa y su influencia no te aportará nada bueno.

Por tanto, a partir de ahora, si deseas alguna mejoría, trata de ser más positivo a la hora de escoger tu lenguaje.

Trátate bien. Con el tiempo las cosas mejoran

Cuando hayas conseguido convencerte de que el cambio está dentro de tí, vas a observar con distinta perspectiva, la vida es un viaje en el que debemos de avanzar, forma parte de la

naturaleza.

De cada situación debes escoger la parte positiva, ¡pruébalo!.



Cuando empiezas a hablar en positivo, comienzas una nueva etapa, si eres capaz de darte cuenta de esto, probablemente, tu vida cambiará.

Te vas a sentir mejor, piensa que hay personas en el mundo que también tienen sus problemas y son felices, sonríen, de lo contrario, no encontrarás salida. Te recomiendo la lectura de [mi post sobre los miedos](#).

El día a día te producirá [depresiones y ansiedades](#), también he escrito algo sobre ello, que cosas podrías remediar, siempre está en tu mano lo que hagas con tu vida.

Con el tiempo encontrarás las razones de porque las cosas son como son, en tu vida se suceden situaciones complicadas, pero en la de los demás también, ni eres el más desgraciado ni el más agraciado, de esto depende tu felicidad e insisto, lo escoges tú mismo.

[El fracaso, el mejor profesor es - Yoda #coaching #desarrollopersonal #marcapersonal #proyectosocialbytes Clic para tuitear](#)

Conclusiones

Todos estos consejos o tips han sido recopilados desde mi propia vivencia, te puedo asegurar que han sido comprobados.

Afortunadamente alguien me recomendó el libro de *Rhonda Byrne*, si bien, habrá cosas con las que no estemos totalmente de acuerdo, resulta interesante su lectura.

El mayor acto de esperanza es acostarnos a dormir y cada día despertamos, eso es una nueva oportunidad a celebrar.

Piensa que aprendes a andar cayendo al suelo y volviéndote a levantar, en lugar de menospreciarte y de pensar que no puedes, no pierdes nada haciéndolo, muchas veces nos acomodamos y pensamos que aquella historia no va con nosotros.

Existen muchas personas que te pueden menospreciar pero, con el tiempo, entenderás que hablan de sus limitaciones, es como cuando alguien piensa en quitarte algo de la cabeza, siempre lo dirá desde su punto de vista.

Se agradecen los comentarios.

Gracias a [Pixabay](#) por las imágenes.

Si te gusta lo que hago y deseas saber más, considera [invitarme a un café](#), podemos charlar un rato.

También puedes darme soporte, si compras en Amazon, pinchando



en la imagen de abajo.