

Consejos para Mantener su Actitud Positiva

Una buena actitud hace posible que usted sea exitoso. Le da la energía para que pueda seguir su propósito, haga crecer su potencial, y siembre semillas que beneficien a otros. Pero también hace que el viaje sea más agradable en el camino sin importar a donde le lleve.

Ser positivo es una actitud que marca diferencia. Cuenta la historia, la manera en que una madre criaba a su hijo. Entraba en su dormitorio y lo despertaba a las 5:30 AM, diciendo "Luis, hoy va a ser un gran día". Pero eso no era lo que el niño deseaba oír a esa hora de la mañana. Su primer trabajo cada día era salir y traer el carbón para encender el fuego y calentar la casa. Lo aborrecía.

Un día, cuando su madre entró al cuarto y dijo "Va a ser un gran día", Luis respondió bruscamente: "No mamá. Va a ser un día asqueroso. Estoy cansado. La casa está fría. No quiero levantarme y traer carbón. ¡Es un día horrible!". Querido, ella contestó, no sabía que te sentías así. ¿Por qué no vuelves a la cama y duermes otro poco? ¿Por qué no pensé en esto antes?, se dijo creyendo que había dado en el clavo.

Despertó dos horas después. La casa estaba caliente, y podía oler el desayuno que estaba preparando. Salió de la cama, se vistió y fue a sentarse a la mesa de la cocina. Estoy hambriento, dijo. He descansado bien. Ya está listo el desayuno. Esto está perfecto.

Querido, dijo la mamá, hoy no hay comida para ti. ¿Recuerdas que dijiste que iba a ser un día horrible? Como madre, voy a hacer lo mejor que pueda para que tengas un día horrible. Vuelve a tu dormitorio y quédate allí todo el día. No tienes permiso para salir de allí, y vas a tener poco que comer hoy. Nos veremos mañana a las cinco y media.

Luis regresó a su dormitorio desanimado y se acostó. Pudo dormir más o menos otra hora. Pero eso era todo lo que una persona puede dormir. Pasó todo el día deprimido en la habitación, con un hambre que crecía con el paso del tiempo. Cuando oscureció volvió a meterse en la cama y trató de dormir. Despertó varias horas antes del amanecer. Se vistió. Estaba sentado en la orilla de la cama cuando la mamá abrió la puerta de su habitación a las cinco y media. Antes que ella dijera algo, Luis se puso de pie de un salto y dijo "Mamá, ¡va a ser un gran día!

Lo que era cierto para Luis es cierto para usted también. Podemos cambiar nuestra actitud. Quizás no pueda cambiar las demás cosas, pero definitivamente puede hacer que su actitud sea más positiva.

Cuando nuestras actitudes superan nuestras habilidades, aún lo imposible se hace posible.

¿Qué significa tener una gran actitud? Probablemente haya escuchado la antigua expresión que una persona positiva ve un vaso medio lleno en lugar de medio vacío.

Podemos agregar, que las personas positivas comparten siete cualidades:

1.- Creen en sí mismos.

Herb True dijo: "Muchas personas tienen éxito cuando otros no creen en ellas. Pero muy rara vez una persona que no cree en sí misma alcanza el éxito". La primera característica de una persona con una buena actitud es que piensa positivamente en su valor personal. Cuando cree en sí mismo, es libre para verse bajo una luz objetiva y enfocarse en mejorar y alcanzar su potencial. Su imagen positiva es el pasaporte para el éxito en la vida.

2.- Están dispuestos a ver lo mejor en los demás.

Nunca he conocido una persona positiva que no aprecie a las personas y trate de ver lo bueno en ellas. Todos tenemos expectativas de los demás. Pero podemos decidir si las expectativas serán positivas o negativas. Si constantemente espera ver cosas buenas en otros, es mucho más fácil tener una actitud positiva. Si los trata positivamente, la tendencia es que lo tratarán de la misma manera.

3.- Pueden ver oportunidades dondequiera.

El filósofo griego Plutarco, escribió: "Como las abejas extraen miel del tomillo, la más fuerte y seca de las hierbas, los hombres sensibles suelen sacar ventaja y provecho de las circunstancias más extrañas". Las personas positivas ven oportunidades en todo lugar. Entienden que son el resultado de una actitud correcta. La oportunidad existe donde usted la encuentra.

Las personas con una actitud positiva, muchas veces dicen "SÍ", porque nunca les pasa nada a los que dicen "NO".

4.- Se enfocan en las soluciones.

Casi todas las personas pueden ver los problemas. Para ello no se requiere nada especial. La persona positiva tiene su mente puesta en las soluciones, ve una solución ante cada problema y una posibilidad en cada

imposibilidad. Louis D. Brandeis, en honor a quien se puso nombre a la Universidad Brandeis, dijo una vez: "En este mundo, la mayoría de las cosas dignas de hacerse habían sido declaradas imposibles antes de que fueran hechas".

5.- Desean dar.

Karl Menninger dijo, "Rara vez la gente generosa es gente mentalmente enferma". Y es raro que sea gente negativa. Dar es el más elevado nivel de vida. Mientras más da la persona, mejor su actitud. La diferencia no está en lo que usted tiene, está en lo que hace con lo que tiene.

6.- Persistencia.

Los sueños que se han hecho realidad son el resultado de personas que se aferraron a sus ambiciones. Se negaron a desanimarse. No permitieron que el desaliento les pusiera la mano encima. Los desafíos sólo los estimularon a un mayor esfuerzo.

Cuando usted tiene una actitud positiva, es más fácil ser persistente. Si piensa que el éxito está a la vuelta de la esquina, sigue adelante. Cuando cree que todo obra para bien, no le importará una pequeña incomodidad. Y cuando todo se desbarata, usted persiste si tiene una actitud positiva; después de todo, cree que la ayuda ya viene en camino.

7.- Responsabilidad por sus vidas.

Una persona de éxito entiende que nada positivo ocurre si no está dispuesto a dar un paso adelante y asumir plena responsabilidad por sus pensamientos y acciones. Sólo cuando usted es responsable por usted mismo puede mirarse con honestidad, evaluar sus puntos fuertes y sus puntos débiles, y comenzar a cambiar.

Fuente: El Viaje del Éxito, el proceso de vivir sus sueños. John C. Maxwell..