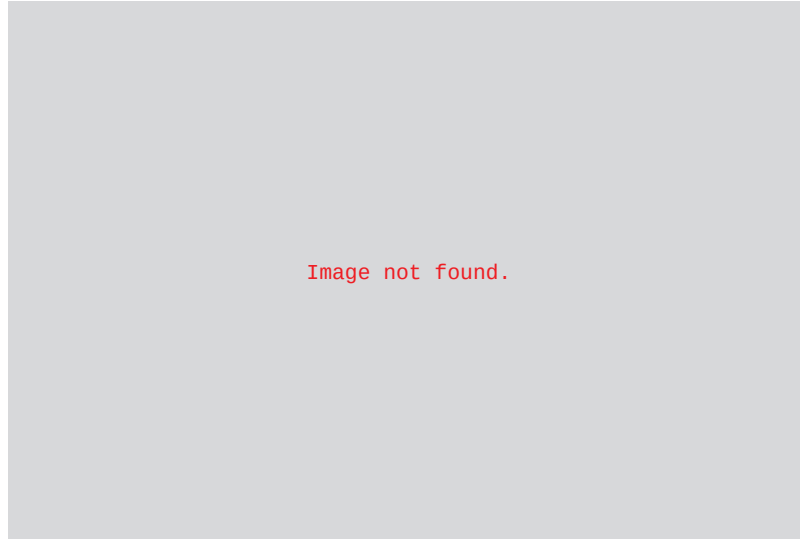


Devocional espiritual

ezequiel tarot



Capítulo 1



Hoy recordé hoy recordé la frase del dalai Lama "**Controla tus pensamientos y encontrarás la felicidad**".

Debo admitir que recién hoy me puse a pensar en la profundidad de tan simple e inmensa reflexión.

No pasamos más tiempo escuchando nuestros propios pensamientos que escuchan a los demás, es por esta situación que se torna naturalmente inconsciente, el encuentro constante y sutil con nuestro querido amigo, el pensamiento.

Es una realidad innegable qué somos lo que pensamos, y que lamentablemente nuestra querida y automatizada computadora, nuestro cerebro, maneja nuestra vida a través de los pensamientos de forma inconsciente.

Lo más común es tener un gemelo negativo escondido en la profundidad de nuestros pensamientos.

Los pensamientos negativos suelen surgir espontáneamente con frases
Cómo:

Si antes no lo lograste Hoy tampoco lo harás
Siempre te va mal en las relaciones porque piensas que esta vez será distinto
Eres un fracasado nunca conocerás el éxito.

El pensamiento negativo es el que nos condena, nos juzga, y nos ataca.

El pensamiento negativo es el causante de los desequilibrios emocionales, y hasta podría decirles de dolencias físicas que es recurrente de autoabotot.

Y por este motivo que si aprendemos a pensar positivamente, pudiendo separar los pensamientos, alejando los pensamientos negativos Qué son nocivos para nosotros mismos, estaremos a un paso, de encontrar la plenitud y la felicidad constante y eterna.

Sé que no es un ejercicio fácil, pero es bueno para ti realizar diariamente " la gimnasia del pensamiento positivo". Si aprendes a dominar Esta técnica seguramente tu vida será mucho más feliz