



LOGRE LA FELICIDAD EQUILIBRANDO SUS VALORES

SERIE: ADMINISTRACIÓN DE LA FELICIDAD.

ARTÍCULO: F028
Fecha: 22 marzo 2013
Lugar: MONTERREY N L, México.

F-ARTICULO_V2-XII-2012

LOGRE LA FELICIDAD EQUILIBRANDO SUS VALORES

"La felicidad es congruencia"

Algunas personas esperan ser felices conteniendo odios y rencores...

Algunas personas dicen: "Como sería feliz si dejara de verte"

La fuente de la felicidad nace en lo profundo de nuestro ser, en la apacible quietud de la conciencia, allá donde somos el único testigo de nuestra verdad personal. Ese espacio es un lugar donde las personas guardan los sentimientos más nobles para sí mismos y los demás.

Paro antes hablemos de la conciencia, como la capacidad de replicar nuestros propios pensamientos. La conciencia nos reclama y nos guía en las decisiones que tomamos, en el bien o el mal que hacemos a los demás. Esa conciencia puede tener varias facetas. Es completamente apacible, como la de un niño cuando duerme, o la de un anciano que vivió a plenitud ecológica su vida. ¿Cuál es el estado de su conciencia? ¿Es un remolino, o un huracán?

El equilibrio de nuestra conciencia, viene del equilibrio interno de los valores. Si usted tiene equilibrado sus valores, entonces es feliz. Pero si tiene angustiantes contravalores, entonces tiene un remolino como conciencia y no es feliz.

Una dualidad de valores encontrados sería:

"Desear adelgazar y comer mucho y sabroso"

"Desear ser millonario, pero sin hacer esfuerzo"

Podemos hacer una lista muy larga, pasando por las fantasías, los rencores, los deseos íntimos o la sexualidad.

¿Y cómo lograr equilibrar los contravalores para ser feliz? Siga estos pasos:

- 1.-Escriba dos frases, una del valor a favor y otra del valor en contra. "Quiero... pero no quiero..."
- 2.-Cierre los ojos y dé gracias a su mente por permitirle pensar en estos contravalores y pregúntele...
- 3.- ¿De qué manera puedo tener A y tener B, sin sufrir?
- 4.-Espere la respuesta de su mente y escriba lo que le dicte.
- 5.-Realice las acciones escritas.
- 6.-Revise que se ha afectado de su vida por superar ese contravalor.
- 7.-Repita los pasos con ese nuevo contravalor.

La vida es un continuo ajuste de nuestros contravalores, y empezamos cuando descubrimos ciertas verdades sobre Santa Clos... y otros eventos.

"La felicidad está en usted, solo debe encontrarla"

Atentamente:

Ing. M PNL Marciano Cárdenas

MC&ADS CONSULTORÍA

www.adscase.com.mx

marciano@adscase.com.mx

ventas@adscase.com.mx

Tel: 81-8393-8211

MC&Ads CONSULTORÍA es una marca registrada.

Visite en nuestra página: Desarrollo Gerencial para formar Gerentes.