

EL SECRETO PARA SER FELIZ

Hace muchísimos años vivía en India un sabio, de quien se decía que guardaba en un cofre encantado un gran secreto que lo hacía ser un triunfador en todos los aspectos de su vida y que, por eso, se consideraba el hombre más feliz del mundo.

Muchos reyes, envidiosos, le ofrecían poder y dinero, y hasta intentaron robarlo para obtener el cofre, pero todo era en vano. Mientras más lo intentaban, más infelices eran, pues la envidia no los dejaba vivir. Así pasaban los años y el sabio era cada día más feliz.

Un día, llegó ante él un niño y le dijo:

—Señor, al igual que tú, también quiero ser inmensamente feliz. ¿Por qué no me enseñas qué debo hacer para conseguirlo?

El sabio, al ver la sencillez y la pureza del niño, le dijo:

—A ti te enseñaré el secreto para ser feliz. Ven conmigo y presta mucha atención. En realidad, son dos cofres en donde guardo el secreto para ser feliz, y éstos son mi mente y mi corazón, y el gran secreto no es otro que una serie de pasos que debes seguir a lo largo de la vida.

El primer paso es saber que existe la presencia de Dios en todas las cosas de la vida; por tanto, debes amarlo y darle gracias por todas las cosas que tienes.

El segundo paso es que debes quererte a ti mismo y todos los días, al levantarte y al acostarte, debes afirmar: «Yo soy importante, yo valgo, soy capaz, soy inteligente, soy cariñoso, espero mucho de mí, no hay obstáculo que no pueda vencer.» Este paso se llama autoestima alta.

El tercer paso es que debes poner en práctica todo lo que dices que eres; es decir, si piensas que eres inteligente, actúa inteligentemente; si piensas que eres capaz, haz lo que te propones; si piensas que eres cariñoso, expresa tu cariño; si piensas que no hay obstáculos que no puedas vencer, entonces proponte metas en tu vida y lucha por ellas hasta lograrlas. Este paso se llama motivación.

El cuarto paso es que no debes envidiar a nadie por lo que tiene o por lo que es; ellos alcanzaron su meta, logra tú las tuyas.

El quinto paso es que no debes albergar en tu corazón rencor hacia nadie; ese sentimiento no te dejará ser feliz; deja que las leyes de Dios hagan justicia, y tú perdona y olvida.

El sexto paso es que no debes tomar las cosas que no te pertenecen; recuerda que, de acuerdo a las leyes de la naturaleza, mañana te quitarán algo de más valor.

El séptimo paso es que no debes maltratar a nadie; todos los seres del mundo tenemos derecho a que se nos respete y se nos quiera.

Y, por último, levántate siempre con una sonrisa en los labios; observa a tu alrededor y descubre en todas las cosas el lado bueno y bonito; piensa en lo afortunado que eres al tener todo lo que tienes; ayuda a los demás, sin pensar que vas a recibir nada a cambio; mira a las personas y descubre en ellas sus cualidades y dales también a ellos el secreto para ser triunfador. De esta manera, pueden ser felices.

Aplica estos pasos y verás qué fácil es ser feliz.

Moraleja:

Ser feliz es más simple de lo que a veces creemos. Siempre pensamos que necesitamos tanto para lograrlo, tantas cosas externas, pero todo está dentro nuestro; desde ahí tenemos que salir hacia fuera con una actitud distinta.

TAGS:

Felicidad, respeto, gratitud, generosidad, Dios, naturaleza, rabia, rencor, envidia, autoestima,