

ACTITUD POSITIVA II

“Estoy convencido de que la vida es sólo el 10 por ciento de lo que me sucede y el 90 por ciento de la manera en que reacciono. Somos dueños de nuestra propia actitud”. Charles Swindoll

PASO 1: RESULTADOS ALCANZADOS

¿Qué acción específica te comprometiste a realizar la semana pasada? ¿Cuáles fueron los resultados?

PASO 2: REFLEXIONES

Instrucciones: Por turnos lee con tus compañeros los siguientes párrafos. Conforme vayas leyendo, subraya las ideas que te llamen la atención.

Charles Swindoll expresó: Mientras más vivo, más me doy cuenta del impacto de la actitud en la vida. La actitud para mí es más importante que los hechos; más importante que el pasado, la educación, el dinero, las circunstancias, las derrotas, los éxitos o lo que los demás hacen o dicen; es más importante que la apariencia, talentos o habilidades. Destruye o construye una compañía, iglesia, o un hogar. Lo más remarcable es que tenemos la alternativa diariamente de elegir la actitud que adoptemos ese día.

No podemos cambiar nuestro pasado, no podemos cambiar el hecho de que la gente actuara de cierta manera; lo único que podemos hacer es tocar la única cuerda que tenemos, y esta, es nuestra actitud.

Nunca te lamentes

Las personas que se lamentan no son triunfadoras y los triunfadores nunca se lamentan. Cuando una persona responde a una situación con lamentos, es una muestra segura de que ha consultado su voz negativa. Al lamentarse, la persona puede por simpatía atraer la atención temporal, pero ciertamente incapacita su habilidad para dirigir.

El quejumbroso se plantea esta pregunta: “¿Por qué me sucede esto?” y cuando formula una mala pregunta, consulta a su voz negativa para obtener la respuesta. Dicha persona debe aprender a formular este tipo de pregunta: “¿Qué puedo aprender de esto?” Afortunadamente, de esta manera solo la voz positiva puede contestar dicha pregunta.

Es cierto que hay momentos en los cuales la solución no está disponible, pero aún en tal situación no existe razón para escuchar a la voz negativa. Cuando la leche se derrama en el piso, lamentarse por la leche derramada no ayuda en nada, limpiar el piso es lo que ayuda.

Nunca te quejes. *“Hagan todo sin quejarse y sin discutir”. Filip. 2:14 NTV*

El segundo principio “Nunca te quejes” es una infección más profunda de la negatividad. Si lamentarse es un resfriado común, el quejarse es la neumonía de la actitud negativa. El quejoso apunta el dedo a otros, pero no a sí mismo al decir “¿Por qué lo hacen más difícil para mí?”. Al quejarse de los demás, la persona se siente menos responsable de corregir sus propios problemas. ¿Acaso el quejarse produce un cambio significativo?

Nunca inventes excusas

La gente que inventa ya no hace preguntas, pero hace comentarios de auto-decepción como “No es mi culpa, los demás son responsables de mis fracasos”. Cuando un futuro líder cae preso de su intoxicante voz negativa, resbala vertiginosamente del lamento a la queja, complementándola con excusas.

¿Por qué es tan fácil inventar excusas cuando no hay resultados por falta de actividad? Es muy fácil porque las excusas proveen a la persona motivos para no cambiar. Esto puede proporcionar un remedio temporal para el dolor. Sin embargo, es el dolor el que genera la auténtica necesidad para generar un verdadero cambio. La mayoría de las personas rápidamente desarrollan mecanismos de defensa como culpar, inventar excusas y señalar a otros para evitar no solo el dolor del fracaso, sino también la responsabilidad de crecer y cambiar. *“El hombre contestó: —La mujer que tú me diste fue quien me dio del fruto, y yo lo comí”. (Génesis 3:12 NTV)*

El fracaso no significa el final para una persona con una buena actitud. Todos los triunfadores educan sus pensamientos para asegurarse de que los retos en sus vidas son solamente tropiezos en el camino para mejorar. El fracaso es un evento, no una persona; pero, sin la manera de pensar de un triunfador, la gente se autodenomina fracasados en lugar de aprender del fracaso. La obtención del éxito o del fracaso tiene más que ver con la actitud que con las circunstancias.

Beneficios de tener una actitud positiva:

1. **La actitud positiva producirá cambios en ti.** No pondrás excusas y reconocerás que los fracasos temporales son solo lecciones en tu camino al éxito.
2. **Te ayudará a vencer los retos.** Mirarás un sinnúmero de opciones y podrás vencer los retos en el camino de tu vida.

Pasos a seguir:

1. **Ignora la voz negativa.** Reemplázala con la Biblia, libros, audios y asociaciones positivas.
2. **Analiza tus actitudes.** Si has caído preso de los lamentos, las quejas o de la peor de todas, la invención de excusas es hora de restaurar tu jardín mental.
3. **Desarrolla un espíritu de agradecimiento.** Concéntrate en tus bendiciones. Es difícil adquirir una actitud negativa cuando la persona ve su vida a través de los lentes de la gratitud.

ACTITUD POSITIVA II

PASO 3: REFLEXIONA Y RESPONDE

Escoge algo que hayas subrayado que sea importante para ti. Toma un minuto para decirles a todos lo que escogiste y por qué es importante para ti.

.....

PASO 4: AUTOEVALUACIÓN

Responde la siguiente sección de autoevaluación:

En una escala del 1 al 10 ¿Qué tan bien demuestras esta cualidad en tu vida? _____

¿Por qué te diste esa calificación?

¿Qué beneficios obtendrías al mejorar tu calificación?

¿Qué persona conoces que sea un ejemplo de esta cualidad? ¿Qué es lo que más admiras de esa persona?

¿Qué acción específica puedes llevar a cabo inmediatamente para mejorar tu puntuación?

PASO 5: COMPARTE TUS PASOS DE ACCIÓN

Toma un minuto para compartir tus respuestas a la sección de autoevaluación, incluyendo la acción que vas a realizar para mejorar en esa área. Pedimos que todos participen.

Instrucciones para el facilitador:

1. Hacer el llamado:

“Señor Jesús reconozco que he pecado y que tú moriste por mí. Hoy me arrepiento y te pido perdón. Te entrego mi vida y mi corazón para que seas mi Señor y Salvador personal, amén”.

2. Impartición: Orar y activar lo aprendido del día de hoy.

3. Orar por la ofrenda.