

**La importancia de cambiar: Tres aspectos fundamentales**

Los cambios siempre encierran un proceso, un movimiento interno y un aprendizaje. Decidir cuánto es lo que deseamos cambiar para ir mejorando nuestra vida, depende de cada uno de nosotros.

Cada cierto tiempo, surge en nosotros la necesidad de hacer cambios para lograr nuevos resultados, ya en nuestra esfera personal y/o profesional.

A veces, algunos de estos cambios son forzosos, mediados por situaciones externas, y en otras ocasiones son planificados íntegramente por nosotros.

Sea cual sea la circunstancia que rodee nuestros nuevos acontecimientos, lo importante y rescatable es darnos cuenta de que la vida siempre nos está impulsando hacia nuevos y diversos desafíos.

Este mundo se encuentra en un estado de constante movimiento y, en medio de este dinamismo, es necesario hacernos conscientes que somos seres con un sinnúmero de capacidades a desarrollar y desplegar en este gran hábitat global.

**Darnos cuenta de nuestras propias capacidades.**

Cuando nos encontramos ad portas de hacer un cambio, es importante, con mayor intención, reforzar nuestra lista de fortalezas personales que nos permitirán sortear de mejor manera todo lo que venga. Es muy sencillo hacer, simplemente, una lista de nuestros puntos fuertes y de recordar todas aquellas situaciones en las que nos hemos sentido particularmente bien con nosotros. De este modo, este refuerzo positivo nos permitirá ser, sentirnos y comportarnos con un nivel de fortaleza, alegría y solidez personal mucho más elevados en nuestro cotidiano. Aquello que pensamos y hacemos repetidamente se refleja en nuestra realidad.

**No temer al cambio.**

Todo cambio implica un movimiento de energía nueva en nosotros. Es, quizás, por eso que somos, a veces, muy resistentes a cambiar, por miedo a perder lo que ya hemos ganado, y a menudo con mucho esfuerzo.

En este sentido, es importante recordar que cada vez que decidimos cambiar -y cuando ese cambio tiene un trasfondo que va en beneficio nuestro y de nuestro entorno- eso trae siempre recompensas para nuestro crecimiento. Nuestra principal responsabilidad debiese ser la de evolucionar a medida que pasa el

tiempo, direccionando nuestro enfoque en base a nuestros propios deseos y talentos.

### **Dar el paso**

No importa lo que el resto diga u opine de nuestro deseo de cambio. Cuando sentimos, de corazón, que realizar un cambio va en directo beneficio nuestro y también repercutirá positivamente en nuestro entorno, tenemos que dar el paso. Tomar algunos riesgos en nuestra vida es saludable. El temor a lo desconocido solo nos conecta con la inseguridad y el no sentirnos capaces de lograr nuevos resultados. Cuando, simplemente, damos un paso nuevo, con inocencia y confianza plena en el Universo, todo conspira para que influya en nuestro crecimiento, fortaleza y solidez personal.

La importancia de hacer un cambio es fundamental en cada uno de nosotros. Los cambios siempre encierran un proceso, un movimiento interno y un aprendizaje. Decidir cuánto es lo que deseamos cambiar para ir mejorando nuestra vida, depende de cada uno de nosotros.

[www.guoteca.com](http://www.guoteca.com)

marzo 2914