

# Disfruta el presente y sé Feliz

El amor es aquello que hace que cada uno de nosotros tengamos diversas motivaciones para poder realizar nuestras metas y nos puede llenar completamente y proporcionarnos la felicidad.

Varias razones nos motivan a seguir hacia adelante con nuestros planes. Entre ellos, la familia, las metas y funciones del trabajo, la obtención de dinero, el disfrute de la vida, estar saludable mental y físicamente.

Por otro lado, hay diversos factores y obstáculos que afectan el logro de nuestras metas e ideales. Por ejemplo, las actitudes pesimistas, los sentimientos negativos como rencor, celos y mentiras, la inseguridad, la falta de compromiso y el rendimiento en el trabajo.

Por eso, para lograr mantener una actitud positiva es necesario que se involucre en actividades que alimente su creatividad y espíritu. Estas podrían ser: las lecturas positivas, el entretenimiento (cine, playa), compartir con las amistades sanas, meditación, y el amor que le brinda a tu prójimo.

A la pregunta de ¿qué hacer para obtener y tener éxito en tu vida? La respuesta es sencilla.



- No te rindas nunca
- Rodearse de gente positiva
- Vivir al máximo cada día
- Cooperación con la gente que te necesita
- Hablar solo oraciones positivas
- Valorarse, provoca la satisfacción personal

En conclusión para tener una vida plena y llena de éxito rotundo es necesario: vivir seguro de uno mismo, no depender de nadie, buscar la felicidad dentro de sí mismo, la disponibilidad y deseos de aprender y saber donde te diriges y aprender a superar los obstáculos y retos que te enfrenta la vida.

*Por Staff de Tejera & Asociados*

# 10 Formas de disfrutar cada día su trabajo

1. Al despertar piense en que será un día lindo, productivo, y las mejores cosas vendrán a usted. (Abra a su familia antes de salir).
  2. Elimine todas las dudas, preocupaciones o pensamientos negativos, antes de llegar a su oficina o lugar de trabajo.
  3. Salude a todos al llegar a su oficina y si se atreve compre chocolates ó dulces y compártelos con tus compañeros.
  4. Comience a leer el periódico de atrás hacia adelante, así evitará leer las noticias negativas del día rápidamente.
  5. No aceptes los comentarios negativos durante el día, venga de quien venga. Sólo acepte comentarios constructivos y que le ayuden a crecer y mejorar.
  6. No se enfoque en las fortalezas ó debilidades de los demás, solo enfóquese en sus metas, objetivos y como apoyar a los demás, cuando usted observe que lo necesitan ó se lo pidan.
  7. Elimine de su mente los pensamientos de rencor, celos, envidia y maldad; esto te detiene y no te permite progresar.
  8. Siembra semillas de amor, paz, sensibilidad, cooperación y entrega, te aseguro que pronto recibirás grandes resultados en tu vida.
  9. Escribe tus metas principales y una afirmación positiva, en un lugar visible en tu escritorio ó en la nevera de tu casa, añádele fotos de tus seres queridos (amistades, compañeros del trabajo y tu familia).
- Nota : Esto le dará energía e imaginación a tu cerebro.**
10. No te quejes de la vida que estas viviendo o si las cosas están difíciles en tu oficina, las finanzas, tu casa ó el país. Quejarse no resuelve nada, actuar y resolver es la clave, aunque te equivoques, pronto encontrarás la solución y la respuesta a tu situación.

***¡Adelante, motívate y ponle acción a tus más preciados sueños!***

Si necesitas apoyo en tu empresa o negocio, puedes escribirme a [mitejera1@gmail.com](mailto:mitejera1@gmail.com) o puedes comunicarte conmigo al **787-761-2982**, Miguel Tejera, MBA 2007.

