

La Auto Confianza: Un Camino hacia tu Ser Real

Introducción

La auto-confianza es fundamental para alcanzar una vida plena y auténtica. No se trata solo de un estado mental, sino de un proceso profundo de auto-descubrimiento y liberación de los patrones impuestos que ocultan nuestro ser real.

Origen de la Auto-Confianza

La verdadera auto-confianza proviene de estar en armonía con el flujo de la vida. Es esencial liberarse de las capas sobre-impuestas que nos impiden gobernar nuestra vida y tomar el control de nuestro destino.

Identificando el Ser Real

Para muchos, el ser real es un concepto lejano y misterioso, temido y malinterpretado. Sin embargo, está más cerca de lo que pensamos, justo "debajo de nuestra nariz". El desafío radica en distinguir entre el ser real y la imagen idealizada a la que nos hemos acostumbrado, la cual está compuesta de impulsos compulsivos y no representa nuestros sentimientos auténticos.

El Ser Falso y sus Consecuencias

El ser falso se caracteriza por un comportamiento tenso y compulsivo, dirigido por el deseo de ser feliz y amado. Esta búsqueda compulsiva de aprobación y aceptación puede crear conflictos internos y desviaciones de nuestros verdaderos deseos y necesidades.

La Corriente Forzante

Uno de los mayores obstáculos es la "corriente forzante", una compulsión basada en el malentendido de que nuestra felicidad depende de que nuestras voluntades se cumplan completamente. Esto se traduce en una ecuación errónea: "Ser amado = Ser aprobado y aceptado". Tal creencia nos lleva a negar nuestra necesidad genuina de ser amados, buscando en cambio la aprobación superficial.

Las Luchas Internas

Las luchas internas surgen de la contradicción entre el deseo de satisfacción y el miedo al fracaso. Esta dualidad genera una corriente interna en dos direcciones, donde invertimos mucha energía en esconder nuestros fracasos y en pretender que no deseamos lo que realmente queremos.

Conclusión

Liberarse de estas corrientes forzantes y patrones impuestos es crucial para revelar nuestro ser real y alcanzar una verdadera auto-confianza. La meta es darnos cuenta de estos impulsos compulsivos y erróneos y, a través de este reconocimiento, permitir que nuestro ser auténtico emerja y tome el control de nuestra vida.

P077

Olga Tanaka B