

E-BOOK GRATUITO

3 SIMPLES PASOS PARA VENCER EL MIEDO

por Miguel Maldonado



Maldonado Miguel
"Tú haces fuertes las cosas en las
que te **enfocas**"
- John C. Maxwell
Aprender • Vivir • Amar

3 simples pasos para vencer el miedo

El miedo te hace hacer cosas que no te gustaría hacerlas.

Por ejemplo solo por tomar como referencia algunos personajes muy conocidos por la historia, Judas - Traiciono a Jesus por el miedo a vivir pobre económicamente.

*(Pedro) - Negó a Jesús su mejor amigo y Salvador, por miedo al sufrimiento
(Poncio Pilato) - condenó a Jesucristo a muerte por miedo al César.*

En la actualidad:

-Una madre aborta a su hijo por miedo al qué dirán.

-Un hombre o una mujer se resigna a vivir en una relación dañina y llena de odio por miedo a separarse y que los demás se burlen por eso.

-Una persona entrega lo mejor de su vida a un empleo que no le gusta por miedo a comenzar un trabajo o un negocio nuevo.

Paso #1:

No todo es miedo

En la mayoría de las veces no es miedo sino falta de información. quiero decir que si tu eres una persona que ahora mismo sabes que tienes que tomar una decisión pero sientes miedo a equivocarte y pagar las consecuencias por eso. entonces la manera en que puedes combatir y vencer ese miedo es analizar si realmente es miedo o lo mas seguro es que te falta mas información acerca del caso que te lleva a tomar la decisión. **Piénsalo!!!!**

Si te informas mas y lo meditas bien si preguntas y consigues las respuestas correctas te darás cuenta que ese miedo se va a disminuir y podrás acabar con él y te animaras a tomar la mejor decisión. Como dice *John C. Maxwell* en uno de sus famosos libros: **"Tú haces fuertes las cosas en las que te enfocas"**, esto quiere decir que tus pensamientos son como alimento. Si solo te enfocas en el problema entonces lo alimentas y se hace más fuerte y tú más débil, por el contrario, si te enfocas en la solución entonces la solución se hace más fuerte y el problema se hace débil y ahí puedes vencerlo.

Por eso, no dejes que el miedo te engañe, mejor dite a ti mismo. **Yo no soy un cobarde, esto que siento no es miedo sino falta de información.**

Paso #2

El miedo solo se vence no se mata

Si eres una persona emprendedora y estás decidido a tener éxito entonces la guerra entre tu y el miedo es inevitable. Debes saber que el miedo es un enemigo inmortal no puedes matarlo, siempre estará ahí para pelear contigo, también es muy resistente porque nunca se da por vencido, en otras palabras es un enemigo que tienes que vencer todos los días. Un error muy común de la gente que pretende ser exitosa, es que piensa que solo con ganarle una batalla al miedo y tomar una decisión es suficiente para lograr sus objetivos, pero para estas alturas tu ya te habrás dado cuenta que esto no es así, piensa en este momento cuánta gente conoces que un día comenzaron algo nuevo en sus vidas y se miraban felices y entusiasmados, pero después tuvieron que atravesar dificultades y decidieron no enfrentar sus miedos y mejor tocaron la retirada y echaron a la basura sus sueños. Esto pasa porque no entendieron que el miedo regresa todos los días, luchará, te querrá desanimar para que renuncies a tus sueños y tus metas te hará pensar que no vale la pena tener que enfrentarlo y pelear con él todos los días porque como quiera no lograras tus objetivos.

Pero amigo piensa por un momento que es mejor enfrentar el miedo incluso aunque a veces seas vencido por el. porque es mucho mejor fracasar y levantarse como un valiente y no vivir de pie sometido al miedo como un cobarde.

Paso#3

Sea Valiente

Como se dice por ahí las cosas buenas siempre cuestan más. Y debido a ese costo no todos están dispuestos a pagar el precio, porque en la mayoría de las veces ese precio se llama Valentía. Siempre me ha llamado la atención que un día el Señor Jesucristo le dijo a sus seguidores que el Reino de los Cielos era para los Valientes, pero lo más sorprendente es que en el último libro de la biblia apocalipsis dice que los cobardes no van a entrar en el reino de los cielos. Esto es interesante porque entonces quiere decir que la cobardía es pecado. y que en el reino de los cielos es solo para valientes. Por eso querido amigo vale la pena ser valiente, porque el reino de los cielos no se refiere precisamente cuando mueres y vas aya. Sino aquí en la tierra. pensemos por un momento que en el reino de los cielos no hay pobreza, odio, resentimientos, dolor, rencor, celos, chismes, desánimo, etcétera. Y siendo sinceros sabemos que se requiere ser valiente para poder vivir libre de todas estas cosas ya mencionadas. De lo contrario siempre viviremos siendo víctimas de alguna de estas cosas entonces concluyo con esta pregunta.

¿Qué es ser valiente? mi respuesta para ti es, *Valiente* no es no sentir miedo.

Valiente es sentir miedo y vivir como si no tuvieras miedo.

