



## Hoy me amo y mañana también

Alguna vez en la vida se ha sentido “loco” de amor; es decir, se ha enamorado y en ese estado ha hecho cosas que nunca pensó hacer. ¿Por qué? Porque en el enamoramiento el cerebro libera sustancias químicas similares a cuando una persona consume drogas. De ahí que, al recordar ahora, quizá se avergüence de lo que hizo. Si usted sigue recordando todas las cosas que en aquel momento hizo, se da cuenta que gastaba mucha: energía, tiempo, recursos, etc. Si por cualquier motivo terminaron la relación, cualquier cosa, desde la hoja de un árbol hasta una canción, hace que usted recuerde a esa persona y se sienta mal. En ese “mal estado” de depresión también gasta energía emocional.

Ahora, puede pensar que alguna vez usted amó como nunca. Hoy yo le invito a que usted ame a alguien que es lo más importante en su vida: **usted mismo!** Pero ¿es posible hacer eso? (se puede preguntar) Y la respuesta es sí. Ya que, si ya que ya lo ha hecho antes, pero con la persona incorrecta. Y yo sé que usted sabe que la mejor persona que se merece todas las atenciones que usted puede dar es: **usted mismo!** Recuerde que con las decisiones que toma hoy únicamente usted, construye su futuro. Piense un momento en esto: *El futuro tiene muchos nombres. Para los débiles es lo inalcanzable. Para los temerosos, lo desconocido. Para los valientes es la oportunidad.* Así que elige los significados que le da a su futuro.