

Controla tu pensamiento

Texto:

"Piensen en todo lo verdadero, en todo lo que es digno de respeto, en todo lo recto, en todo lo puro, en todo lo agradable; en todo lo que tiene buena fama. Piensen en todo lo que es bueno y merece alabanza." (Filipenses 4, 8).

Nuestro cerebro se alimenta de nuestros pensamientos. Nuestros pensamientos dirigen nuestra vida, de ahí que es más que importante saber discernir y permitir qué pensamientos deben situarse en nuestra vida y cuáles no. Hay personas que no controlan su pensamiento sino que se dejan irracionalmente llevar por él. Sus pensamientos le controlan.

Hay pensamientos obsesivos, delirantes, neuróticos, etc. Cada persona debe de revisar su manera de pensar. Si tus pensamientos te hacen ser más personas, más ser humano, más felices... esos pensamientos vienen de Dios para renovar nuestra vida. Si, en cambio, los pensamientos son siempre tristes, absurdos, llenos de miedo, incapaces de hacerte crecer como persona... esos pensamientos no vienen de Dios que siempre quiere lo mejor para nosotros.

Tener pensamientos agradables, ver el lado bueno de la vida, hace que las personas quieran mantener la experiencia de Dios. Pecamos con el pensamiento cuando este nos lleva al desánimo y a la desesperación.

En lugar de saber dirigir su pensamiento a una meta, hay personas que los instintos le alejan de donde de verdad les gustaría estar. Han vivido pensando no viviendo...

La tarea de la semana:

1. Haz una lista de los 5 pensamientos más molestan o que más te atormenta.
2. Fíjate desde cuándo padeces esos pensamientos e intenta buscar el por qué aparecieron en tu vida.
3. Cuando tengas pensamientos que te entristezca cambia inmediatamente de actitud e intenta pensar en cosas que realmente te realicen como personas.

Quiera Dios que esta tarea que comienzas esta semana la vivas cada día el resto de tu existencia.

©2003 Mario Santana Bueno.

(c) 2007 - BUZÓN CATÓLICO www.buzoncatolico.es Quedan todos los derechos reservados

[Imprimir esta página](#)