

Queridos niños (y ya no tan niños),

Tengo un secreto que contarles. Nadie quiso ocultárselos, es solo que es una de esas cosas que son tan obvias que la gente no puede verlas, como andar buscando por todas partes la llave que tienes en la mano.

El secreto es que ya eres una persona absolutamente completa y perfecta. No estás dañado, no estás incompleto, no tienes defectos, no estás inacabado, no necesitas remodelación, reparación, pulido o rehabilitación mayor. Ya tienes dentro de ti todo lo que necesitas para vivir una vida maravillosa. Tienes sentido común, sabiduría, genio, creatividad, humor, autoestima... eres puro potencial... no te falta nada.

Lo único que puede evitar que disfrutes de todo lo que ya eres, es un pensamiento. Un pensamiento. Tu pensamiento. No el pensamiento de otra persona. Tu pensamiento... Cualquier pensamiento que estés pensando en el momento y que parezca más importante pensar en él que pensar en sentirse agradecido, vivo, contento, alegre, optimista, amoroso y en paz... eso es lo único que hay entre tú y la felicidad.

¿Y adivina quién está a cargo de tu pensamiento? ¿Adivina quién decide a dónde va tu atención? ¿Adivina quién es el único que puede escribir, producir, dirigir y protagonizar el momento en el que estás? ¡Tú! Solo tú. No tu pasado (pensamiento almacenado), ni el futuro (¿alguna vez has notado que nunca, nunca llega?), ni tus padres (todos tienen sus propios pensamientos), ni tus amigos (ídem), ni la escuela, ni la televisión, ni situaciones o circunstancias o cualquier otra cosa. Solo tú.

Pensar es una capacidad asombrosa. Como cualquier capacidad, se puede usar como herramienta o como arma contra nosotros mismos y los demás. Y al igual que con cualquier otra herramienta, podemos saber si la estamos usando a favor o en contra de nosotros mismos por cómo se siente. Cuando pensamos en nosotros mismos o en los demás, nos metemos en problemas. Cuando no lo hacemos, normalmente no nos metemos en problemas.

LOS SENTIMIENTOS EXISTEN PARA AVISARNOS CUANDO ESTAMOS UTILIZANDO NUESTROS PENSAMIENTOS PARA CREAR PROBLEMAS EN NUESTRAS VIDAS Y PARA GUIARNOS DE REGRESO A NUESTRA CAPACIDAD NATURAL Y SALUDABLE DE VIVIR NUESTRA VIDA AL MÁXIMO.

Por lo tanto, recuerda que tus pensamientos no siempre te dicen la verdad. Cuando estamos de mal humor, deprimidos, no se puede confiar en nuestros pensamientos ... nuestro coeficiente intelectual cae. Cuando nuestros

pensamientos pasan y nos relajamos, nuestro pensamiento vuelve a ser creativo, positivo ... nuestro coeficiente intelectual aumenta.

La única forma en que puedes sentirte mal contigo mismo y con tu vida es si piensas negativamente al respecto de ellos ... depende de ti, cada minuto que estés vivo. ¡Siempre depende de ti! Este es el mejor y más liberador secreto que he aprendido y quiero que tú también lo sepas.

Con amor,
Mavis