

Amargarse la vida es fácil

Texto: <http://pilarvadiilloyst.blogspot.com.es/2012/05/amargarse-la-vida-es-facil.html>



CÓMO VIVIR EN LA AMARGURA Y LA INFELICIDAD.

1. Créate problemas.

Si no tienes bastante con los tuyos, asume como propios los de los demás.

Llena tu vida de complicaciones reales o ficticias. Concede gran importancia a todos los sucesos negativos.

2. Piensa que siempre tienes la razón.

Solo existe una verdad absoluta: la tuya...

Rechaza lo que digan los demás...

Si la propuesta no es 100% tuya no merece la pena.

3. Vive obsesionado.

Elige un acontecimiento negativo de tu memoria, conviértelo en un recuerdo imborrable y tráelo a tu mente una y otra vez.

Solo vive para pensar en ello.

Que las dificultades cotidianas no absorban tu atención.

4. El presente no merece la pena, piensa siempre en el futuro.

Aplaza el disfrute de los placeres.

Confórmate con lo malo conocido y no te arriesgues ante lo bueno por conocer.

Tortúrate pensando en todo lo negativo que te podría ocurrir los próximos años.

5. Jamás te perdones.

Llegaras a un punto en que tan solo sentirás autocompasión.

Piensa que tú eres el único responsable de lo que te ocurre.

Nunca creas que hay situaciones que escapan a tu control.

6. Es absolutamente necesario ser amado y aprobado por los demás.

En todo momento.

7. Debes ser infaliblemente competente y perfecto.

En toda actividad que emprendas.

8. Las cosas deben ir por el camino que te gusta.

Es horrible, terrible o catastrófico que las cosas no sean así.

9. Evita enfrentarte a las dificultades y responsabilidades.

Rechaza el compromiso y la autodisciplina.

10. Preocúpate y pertúrbate

Ante algo peligroso y amenazante

11. Tu pasado sigue siendo importante

Debe seguir determinando tus sentimientos y conductas del presente.

12. Las personas deben ser mejores de lo que son.

Es horrible y espantoso no encontrar rápidamente

soluciones buenas a los problemas de la vida

13. La inercia y la no acción te llevarán a alcanzar la felicidad

Disfruta de ti mismo pasivamente y sin comprometerte

14. Todas las cosas deben estar ordenadas

Debes estar seguro de ello para sentirte bien.

15. La calificación global que te das a ti mismo como ser humano depende de la perfección de tus acciones.

También de la aprobación que te den los demás

16. Desvívete por la sensación de que siempre hay alguien "mejor" que Tu.

Conozco personas bellas, ricas, talentosas y exitosas, que se han asegurado una infelicidad vitalicia por no dejar de sentir que hay alguien más bello, rico, talentoso, exitoso. La perfección se alcanza cuando no ve esas propiedades en los demás y entonces las inventa. Dos notas:

- Los acomplejados no son producto del ambiente sino de una estructura que no sé si es innata, pero sí que es fundamental;
- Los acomplejados sufren muchísimo.

17. Abandona a los tuyos para conservar o adquirir una posición.

Pretextos sobran. Un árbol puede crecer durante cien años y tú puedes cortarlo en media hora.

Una amistad, un amor, de años, puede perderse por una deslealtad de segundos. Dejar u ocultar a los amigos del barrio o a un padre o a una novia que usted siente medio metro más allá.

Esto garantiza:

- Un desierto afectivo, pues si acaso , alguna vez llegó a ser sincero con un amor bonito, esta elección lo cancela hasta del pasado;
- Soledad, pues no hay nadie más solo que un traidor, así viva rodeado de gente. Igualmente despreciado por los traicionados y por los beneficiarios de la traición, nadie lo puede querer o no percibe ningún querer porque ya no puede amar;
- Hace infelices a quienes lo aman, a menos que los engañe toda la vida -recuerde que Tu debes ser oportunista

- Mucho odio hacia Ud. y la falsedad de todas sus relaciones

- La incapacidad de disfrutar las dichas que le ofrece su posición, pues Ud. las tiene para ostentarlas ante gente extraña y no para sí y los suyos, que es para lo que se tienen las dichas. Así la posición ya no es un triunfo sino un fracaso.