

## ¿ERES LO MAS IMPORTANTE PARA TI?

Pareciera una cosa obvia, pero lamentablemente no lo es...

Si te pidiera hacer una lista de las personas mas importantes de tu vida, en que lugar te pondrías tu?

Es un ejercicio muy simple, pero nos **revela** quién esta en tu mente como prioridad en este momento.

Generalmente se pone a la pareja, los hijos, los padres, amistades ... pero **tu** donde te pondrías?

Analiza tu día. Cuales son tus PENDIENTES? A quien hay que atender, llevar, cocinar, ayudar?

Tu en que lugar de tu **agenda** estas? Seguramente están tus clientes, tus vacaciones, tus pagos, tu tiempo limite para entregar o hacer algo... y **TU**?

Si analizamos estos simples detalles, nos daremos cuenta de que SIN DARNOS CUENTA, vamos **dejándonos** atrás de la lista de prioridades... Desde cuando empezó esto?

Todavía recuerdo mis días de juventud, cuando mis prioridades eran mis clases, ir a castings, hacer ejercicio, mis mascarillas, ir al estilista y ver revistas para encontrar el mejor

Outfit para mi...

Recuerdo que planeaba como hacer una entrada triunfal en algún evento y estaba **YO** como prioridad antes que pensar en la casa, la familia o algo mas.

Tal vez, por un tiempo pensé que era mi "etapa" **egoísta**. Pero hoy creo que **NO**... Creo que estaba poniéndome **YO** como prioridad, pues **quería realizarme** como personal.

Cuando me casé, todo cambió radicalmente... Todo giraba alrededor de las necesidades de mi "amado" (de esa época jeje)... No me di cuenta de ello pues me sentía tan amada que **TODO VALÍA LA PENA**...

Luego de que nacen los hijos... Bueno, no necesito explicar que ni tiempo me daba de bañarme o arreglarme... mucho menos tenía "tiempo" de pensar en mi... Ni en mi descanso, ni en mis gustos, ni en mi tiempo, ni en mi comida, en nada...

Realmente necesitamos pasar por eso para llegar a un punto de decir **"BASTA... quiero ver por mi!"**

Nos han vendido la idea... O nosotras la *compramos* quien sabe donde... De que una "buena mujer", es abnegada y

Y debe pensar antes en los demás que en si misma...

Hoy **COMPRENDO** que si no estamos bien con nosotras mismas no podremos **SER** buenas madres, esposas, hijas, amigas o ser humano.

Una mujer cansada, agobiada, triste, frustrada, etc **NO PUEDE SER "BUENA" PARA NADIE...**

Sé "BUENA" para ti, cuídate, apapáchate, sé feliz con tu vida y lo que haces día con día, y tendrás **GANAS** y ánimo de estar bien con tu pareja, de ser mas cariñosa y ver por las necesidades de tus hijos **CON AMOR** (y no por que te corresponde), de ser mas considerada y amable con tus padres y comprender mejor y motivar a tus amigas...

- Tienes derecho a darte tus descansos
- Tienes derecho a comprarte **TU** algo que te guste, antes que comprarle a los demás algo
- Tienes derecho a pedir que te atiendan o apapachen, si tu lo haces por los demás la mayor parte del tiempo
- Tienes derecho a irte a divertir para relajarte y elevar tus endorfinas
- Tienes derecho a no decir a todo que Si
- Tienes derecho a **SER** como te gusta ser, pues debes gustarte a ti misma primero
- Tienes derecho a muchas cosas mas... pero te dejo a ti que hagas tu lista en tu cuaderno mágico

**UNA MUJER QUE VE POR SI MISMA NO ES EGOÍSTA ES INTELIGENTE.**

Porqué te dejas en tu lista de "para después"... Lo has analizado?

A partir de ahora... Tu ejercicio diario (como los otros que has visto en este mes de reto/taller) es ponerte en tu lista de prioridades PRIMERO.

Que necesitas?

Que te gustaría?

Que se te antoja?

Que te regalarías?

**EL VALOR QUE TU TE DAS A TI MISMA, ES EL VALOR QUE TE DAN LOS DEMAS...** Esta verdad es una ley UNIVERSAL... "Como es adentro, es afuera"...

Empieza a verte como la PROTAGONISTA de tu vida y no una actriz secundaria o peor aún, un extra al que solo llaman para "llenar un hueco"...

MERECES LO MEJOR... Ve por lo mejor para ti

MERECES VIVIR TU VIDA IDEAL... Construye tu vida ideal

MERECES UNA RELACION SANA... Trabaja por esa relación

MERECES SER FELIZ... Decide SER feliz

NO TE CONFORMES CON MENOS... Sólo tu **DECIDES** lo que quieres tener en tu vida. Y todo empieza por la manera en que te **valoras a ti misma**... ahora, **En que lugar de la lista te pondrás?**