



# **LAS 7 HERRAMIENTAS DE AMOR**

Gerardo Schmedling

## **ACEPTAR**

Acepto que todo lo que ocurre es neutro y necesario. Renuncio a intentar cambiar a los demás y, en su lugar, trabajaré sobre mí mismo. Renuncio a luchar y a tratar de modificar el orden perfecto del Universo y sus procesos necesarios, y, sobre todo, a tratar de interferir con las experiencias de vida de las demás personas.

## **ASUMIR**

Asumiré el resultado de mis decisiones y de mi experiencia de vida. Asumiré que mis pensamientos, sentimientos y emociones los genero yo mismo y no lo que sucede a mí alrededor, ni mucho menos lo que piensen, digan, hagan o dejen de hacer los demás. Renuncio a culpar a nada ni a nadie por lo que me suceda o deje de sucederme. El culpable no existe.

## **ACTUAR**

Actuaré con total eficacia y serenidad ante cualquier circunstancia que se presente, dando lo mejor de mí en las labores que me corresponda realizar. Renuncio a agredir de pensamiento, palabra y obra. No agrediré a nada ni a nadie. Tendré absoluta firmeza y lealtad con los acuerdos y compromisos que libremente establezca. El hacer es la clave del tener.

## **AGRADECER**

Agradezco todo lo que tengo y todas las situaciones difíciles y dolorosas, porque ellas son oportunidades que nos da la vida para aprender y hacer nuestro desarrollo espiritual. Renuncio a sufrir ante las dificultades, comprendiendo que tienen un profundo propósito de amor para poder reconocer la ley y liberarme de las limitaciones, las dependencias y el sufrimiento.

## **VALORAR**

Valoro y disfruto intensamente todo lo que tengo y todo lo que hago. Reconozco que siempre tengo conmigo todo lo necesario, y valorándolo, desarrollaré la capacidad para disfrutar nuevas cosas y relaciones. Renuncio a quejarme de lo que tengo o no tengo. La queja nos hace pobres. La prosperidad es el resultado de la valoración. El que no valora lo que tiene está en camino de perder lo que necesita.

## **RESPETAR**

Respeto a todas las personas en sus ideas, costumbres, creencias, comportamientos, y en su derecho a tomar sus propias decisiones. Renuncio a criticar, descalificar, juzgar, condenar y castigar a toda persona por cualquier motivo, porque comprendo que cada quien hace lo mejor que puede con lo mejor que sabe, y no soy yo quien para juzgarlo. Daré información de sabiduría sólo a quien la pida expresamente o a quien acepte mi ofrecimiento sutil por respetuoso.

## **ADAPTARSE**

Me adapto sin reservas al lugar donde me corresponde cumplir funciones para lograr en él una vida llena de satisfacciones. Renuncio a huir de lugar y de las situaciones que me corresponde vivir. Creer que la felicidad está en otra parte diferente a nuestro interior, es una falsa ilusión. ¡A partir de hoy sólo pensaré lo mejor, sólo diré lo adecuado y sólo haré lo necesario!

De hecho las situaciones de destino que tienen el propósito de permitirnos alcanzar la sabiduría lo que nos enseñan son 7 herramientas de amor por lo tanto podemos concluir que la sabiduría esta en el manejo de las 7 herramientas, para decidir con sabiduría necesitarías aprender a decidir desde las 7 herramientas así:

1. Decido aceptar las situaciones a mí alrededor como necesarias para los demás y para mí y decido no sufrir ante ellas.

2. Decido asumir los resultados de mi propia vida de mis propias decisiones decido asumir mis sentimientos y todo lo que a mi alrededor sucede generado por mí mismo y no culpo a nadie por ello.

3. Decido actuar frente al mundo y puedo tomar diferentes decisiones al actuar, ante una amenaza decido negociar, decido delimitar o decido protegerme de acuerdo como la situación se presente, si pierdo algo comprendo que no puedo perder lo que necesito pierdo exactamente lo que no necesito cuando algo se va de tu vida es porque no lo necesitas y cuando algo llega a tu vida es porque si lo necesitas entonces no sufras por ello acéptalo como parte de tu aprendizaje desde la acción.

En las relaciones se plantea primero negociar hacer acuerdos generar compromisos, cuando después de haber agotado la herramienta de negociación no hay posibilidad de hacer acuerdos no queda sino otra herramienta delimitar y si la delimitación se complicara tendrías que protegerte pero habría que comprender que yo me hice correspondiente con esa situación por lo tanto vuelvo a asumir y no culpo ni sufro por ello, es la forma de decidir con sabiduría antes las situaciones de la vida.

4. Decido agradecer lo que aprendo de todas las dificultades que la vida me presenta, que puedo aprender de las dificultades? Aprendo a mantener la paz interior aprendo a no permitir que lo que sucede afuera afecte mi estado mental es decir las dificultades me llevan al reino de dios dentro de mí, porque me vuelvo invulnerable a ellas, por eso es que las dificultades tienen un valor tan grande que puede agradecerse profundamente, como llego al reino de dios no es a través de la oración, a través de enfrentarme a las dificultades sin permitir que ellas alteren mi paz, eso es lo que es un maestro, como un maestro llego a ser inofensivo enfrentándose a todas las ofensas posibles sin permitir que alteraran su paz, entonces tú no puedes ofender a un maestro eso es imposible no importa lo que tú hagas no importa lo que tú le digas no importa lo que actúes él no se ofenderá contigo ni con nadie te comprenderá se dará cuenta que haces lo mejor que puedes equivocándome pero no se ofenderá contigo, como hizo él para alcanzar esa condición enfrentándose a personas ignorantes para el desarrollar su armonía interior es decir yo no llego al reino de dios sino a través de las crisis y las dificultades. Porque hizo el maestro Jesús esa enseñanza maravillosa que se celebra en la semana santa porque se enfrenta el a lo que se enfrentó que nos parece tan dramático, para mostrarnos que a pesar de todo lo que pasaba afuera él no perdía su paz, no culpaba a nadie, asumía totalmente su proceso divino y por eso a los tres días resucitaba eso es exactamente agradecer lo que aprendo de las dificultades es la capacidad de resucitar en amor y en espíritu es alcanzar la inmortalidad.

5. Me dispongo y decido valorar que siempre tengo lo necesario, lo necesario no se mide en cantidad lo necesario se mide en el resultado interno, si yo soy capaz de ser feliz con lo que tengo, tengo lo necesario, dicen los maestros sino eres capaz de ser feliz en la escases menos lo serás en la abundancia, aquel que no valora lo que tiene jamás podrá acceder a lo que necesita, en frases sencillas los maestros nos dan una gran sabiduría necesitamos asimilar ese contenido, la felicidad no depende de lo que pasa afuera, la valoración no es una cantidad es lo necesario para ser feliz, pero si no puedes ser feliz con poco tampoco lo serás con mucho, entonces donde aprendo a ser feliz, con poco, en la escases es donde aprendo a ser feliz, ese es el valor que tienen las dificultades, entonces valora que siempre tienes lo necesario pero no lo valores en cantidad es en lo necesario para ser feliz.



6. Decido respetar a todos los seres vivientes, en la función que tienen, en la forma que tienen, en el destino, en la función, en sus comportamientos, en sus decisiones, en sus actitudes es decir decido jamás criticar ni juzgar a nadie por ninguna razón, ni en pensamiento, ni en palabra, ni en obra y me hago correspondiente con ser totalmente respetado yo mismo.

7. Decido finalmente adaptarme al resultado de mis decisiones y al medio en que me corresponde vivir sin sufrir por ello eso se llama decidir con sabiduría.