



OPTIMISTA

VS,

PESIMISTA

Después de estudiar la definición de Optimismo, quiero que veamos a continuación de forma más amplia las características de las personas optimistas y su contraparte: Los pesimistas.

### **OPTIMISTAS.**

El optimismo es el valor que nos ayuda a enfrentar los problemas y las dificultades con buen ánimo y perseverancia, sabiendo que con el esfuerzo necesario, vamos a poder solucionarlos y vamos a lograr nuestros objetivos y deseos. Es descubrir lo positivo que tienen las personas y las circunstancias, confiando en nuestras capacidades y posibilidades junto con la ayuda que podemos recibir. Es la tendencia a ver y a juzgar las cosas en su aspecto más positivo o más favorable. Es saber que tenemos la fuerza y capacidad necesaria, para sobreponernos a cualquier dificultad y lograr una vida plena y feliz.

El optimismo es ver lo mejor en todo, es adoptar varias posibilidades pero tomar solamente la más óptima de ellas.

Una persona optimista, es la que piensa en lo mejor para sí mismo y los demás, no solo piensa en que le ocurrirán cosas buenas y en que todo estará bien (como el positivismo), sino que evalúa las posibilidades y los diferentes caminos para transitar por el mejor.

El optimismo permite tomar buenas decisiones, tener la mente clara para el éxito, atraer las mejores oportunidades y vislumbrar los mejores caminos.

La principal diferencia que existe entre una actitud optimista y su contraparte – el pesimismo- radica en el enfoque con que se aprecian las cosas: empeñarnos en descubrir inconvenientes y dificultades nos provoca apatía y desánimo. El optimismo supone hacer ese mismo esfuerzo para encontrar soluciones, ventajas y posibilidades; la

diferencia es mínima, pero tan significativa que nos invita a cambiar de una vez por todas nuestra actitud.

Alcanzar el éxito no siempre es la consecuencia lógica del optimismo, por mucho esfuerzo, empeño y sacrificio que pongamos, algunas veces las cosas no resultan como deseábamos. El optimismo es una actitud permanente de "recomenzar", de volver al análisis y al estudio de las situaciones para comprender mejor la naturaleza de las fallas, errores y contratiempos, sólo así estaremos en condiciones de superarnos y de lograr nuestras metas. Si las cosas no fallaran o nunca nos equivocáramos, no haría falta ser optimistas.



Normalmente la frustración se produce por un fracaso, lo cual supone un pesimismo posterior para actuar en situaciones similares. La realidad es que la mayoría de nuestro tropiezos se dan por falta de cuidado y reflexión. ¿Para qué sirve entonces la experiencia? Para aprender, rectificar y ser más previsores en lo futuro.

El optimista sabe buscar ayuda como una alternativa para mejorar o alcanzar los objetivos que se ha propuesto, es una actitud sencilla y sensata que en nada demerita el esfuerzo personal o la iniciativa. Sería muy soberbio de nuestra parte, pensar que poseemos el conocimiento y los recursos necesarios para salir triunfantes en toda circunstancia.

El optimista no es ingenuo ni se deja llevar por ideas prometedoras, procura pensar y considerar detenidamente todas las posibilidades antes de tomar decisiones.

Si una persona desea iniciar un negocio propio sin el capital suficiente, sin conocer a fondo el ramo o con una vaga idea de la administración requerida, por muy optimista que sea, seguramente fracasará en su empeño, ya que carece de las herramientas y fundamentos esenciales para lograrlo. Aún en la vida cristiana se nos demanda a ser realistas y saber con que recursos contamos a la hora de realizar cualquier proyecto.

Dice la Biblia en Lucas 14:28-30: **"<sup>28</sup> Porque ¿quién de vosotros, queriendo edificar una torre, no se sienta primero y calcula los gastos, a ver si tiene lo que necesita para acabarla? <sup>29</sup> No sea que después que haya puesto el cimiento, y no pueda acabarla, todos los que lo vean comiencen a hacer burla de él, <sup>30</sup> diciendo: Este hombre comenzó a edificar, y no pudo acabar"**.

En otras circunstancias nos engañamos e inventamos una falsa realidad para hacernos la vida más fácil y cómoda.

### **PASOS PARA TENER UNA ACTITUD OPTIMISTA:**

1. Analiza las cosas a partir de los puntos buenos y positivos, seguramente con esto se solucionarán muchos de los inconvenientes. Curiosamente, no siempre funciona igual a la inversa.
2. Haz el esfuerzo por dar sugerencias y soluciones, en vez de hacer críticas o pronunciar quejas.
3. Procura descubrir las cualidades y capacidades de los demás, reconociendo el esfuerzo, el interés y la dedicación. Esto es lo más justo y honesto.

4. Aprende a ser sencillo y pide ayuda, generalmente otras personas encuentran la solución más rápido.
5. No hagas alarde de seguridad en ti mismo tomando decisiones a la ligera, considera todo antes de actuar pues las cosas no se solucionan por sí mismas. De lo contrario es imprudencia, no optimismo.
6. No es más optimista el que menos ha fracasado, sino quien ha sabido encontrar en la adversidad un estímulo para superarse, fortaleciendo su voluntad y empeño; en los errores y equivocaciones una experiencia positiva de aprendizaje. Todo requiere esfuerzo y el optimismo es la alegre manifestación del mismo, de esta forma, las dificultades y contrariedades dejan de ser una carga, convirtiéndonos en personas productivas y emprendedoras.

## **PESIMISTAS.**

### **Características de las personas pesimistas:**



El pesimismo es característico de las personas melancólicas. Veamos, a continuación, los aspectos negativos de las personas pesimistas:

1. Tienen a desechar objetivos que podrían alcanzar, debido a la poca confianza que tienen en sí mismos. A la hora de abordar problemas o situaciones difíciles, tienden a desanimarse a sí mismos, a auto sabotearse, a decirse que no serán capaces de conseguir resolverlos o de lograr sus metas.
2. Prefieren hacerse a la idea de que todo saldrá mal por temor a la decepción que sufrirían si fracasan, pero, lejos de conseguirlo, esta actitud sólo sirve para generarles inseguridad.
3. No suelen aceptar que los demás les tachen de pesimistas, sino que se consideran así mismos personas realistas, capaces de ver el lado malo de las cosas que, según ellos, algunos se niegan a ver.
4. Las personas pesimistas tienden a ver el lado malo de todo, olvidándose del lado bueno. A efectos prácticos, confunden lo posible con lo probable, de modo que para ellos algo que sólo remotamente es probable que suceda, pasa a ser considerado como algo que fácilmente puede suceder. Cuando más tarde comprueban que lo que temían no ha sucedido, se sienten aliviados: como si se hubieran librado de un peligro por los pelos.

## **PESIMISMO VS. OPTIMISMO.**

**El Pesimista es siempre una parte del problema. El Optimista es siempre una parte de la solución.**

Solo existe un lugar en el mundo donde no existen los problemas...."En el cementerio". No importa lo que sucede, sino lo que hace cada uno frente a lo que sucede. Cada adversidad lleva consigo la semilla de un beneficio equivalente o mayor.

- **El Pesimista siempre tiene una excusa. El Optimista siempre tiene un proyecto.**



Casi es, nunca es lo suficientemente bueno. Las excusas solo sirven para justificar lo que no se quiere hacer. Una vez oí a alguien decir que "La excusa era la piel de una razón, rellena de mentira. Hay que utilizar la energía de las excusas para aplicarlas a las soluciones.

- **El Pesimista dice... "ese no es mi trabajo". El Optimista dice permíteme hacerlo por ti. Ayudando a los demás se ayuda a uno mismo.**

El Pesimista ve un problema en cada respuesta. El Optimista ve una solución en cada problema. Todos nacimos para obtener lo que nos proponemos en la vida, con el tiempo adquirimos miedos.

- **El Pesimista ve siempre oscuridad en medio de la luz. El Optimista ve siempre luz en medio de la oscuridad.**

El riesgo es parte de las reglas de la vida. Cada vez que arriesgamos aprendemos algo más y extiende los límites. Los ganadores saben que si no aceptan retos, se convierten en

espectadores de la vida. Solo se puede cuando no se adoptan riesgos.

- **El Pesimista dice puede ser posible, pero es muy difícil. El Optimista dice puede ser muy difícil pero es posible.** El peor intento es el que no se hace.

- **El Pesimista acepta su destino. El Optimista construye su destino..**

El resultado del compromiso es una conspiración universal. Sin planes propios formamos parte de los planes de los demás. El éxito se planifica el fracaso no.

- **El Pesimista complica lo simple. El Optimista simplifica lo difícil.**
- **El Pesimista se concentra en no fracasar. El Optimista se concentra en ganar.**

Nuestra mente funciona como una computadora (información + - ). Si tu cambias tu forma de pensar cambia tu destino. Si no te gusta lo que estas recibiendo, fíjate bien lo que estas dando...la vida es un eco. **Gálatas 6:7. "No os engañéis; Dios no puede ser burlado: pues todo lo que el hombre sembrare, eso también segará".**

- **El Pesimista nunca gana. El Optimista nunca pierde.**

La actitud es todo. Todo depende de cada persona. La vida nos depara todo tipo de momentos: Cuando la vida te de un limón, ¡¡¡hazte una limonada!!!

Dios no quiere que nosotros tengamos una actitud pesimista; sino que reconozcamos cuál es nuestra posición como hijos suyos, herederos de todas sus promesas. La biblia dice: **Romanos 8:28" A los que aman a Dios, todas**

**las cosas les ayudan a bien".**



Es sumamente importante centrarnos siempre en lo que Dios ha dicho en su palabra para hacerle frente a los embates de la vida. Todos los grandes líderes de la biblia en su apogeo fueron optimistas, el rey David dice en el **Salmo 23:4. "Aunque ande en valle de sombra de muerte, no temeré mal alguno pues tú estás conmigo"**.

¿Por qué es que la gente no puede ser optimista? En el caso de la gente natural, que no cree en Dios, la razón es que se dejan llevar por el mal que ven sus ojos. Para ellos nada trasciende lo natural y lo real. El ateo Bertrand Russell dijo: "Todo lo que nos queda es una absoluta desesperación", la persona natural no

entiende las cosas espirituales tal como está escrito: **1 Corintios 2:14 "Pero el hombre natural no percibe las cosas que son del Espíritu de Dios, porque para él son locura y no los puede entender porque se han de discernir espiritualmente"**. Debido a ello, el pesimismo no es muy difícil en alguien que no cree en Dios. Eso explica porque el incrédulo no es optimista, pero ¿Manda la biblia a ser optimistas? ¿Por qué algunos (la mayoría) creyentes no lo son?

Golda Meyer dijo: "El pesimismo es un lujo que no podemos darnos", la fe en Dios es la clave de nuestro optimismo.

Pablo dice, estando en una prisión: **Filipenses 4:11 "He aprendido a contentarme, cualquiera que sea mi situación"**, pocos versículos definen el optimismo de un creyente como este. No importa la situación, tenemos que gozarnos en El Señor, pues él hace todo para bien.

Tenemos que aprender a vivir como hijos de Dios sabiendo que ¿El que no escatimó ni a su propio hijo, como no nos dará con él todas las cosas? Hagamos frente a la vida sabiendo que no estamos solos pues él ha dicho:

**Hebreos 13:5 "No te dejare ni te desampararé"**.