

Valor al respeto

Autor: Mons. Rómulo Emiliani, c.m.f.

Sitio web: [Un mensaje al corazón](#)

Si usted quiere ser feliz, debe tener un gran respeto hacia los demás y hacia usted mismo. Ha de amar al prójimo como a usted mismo. Las personas que se estiman muy poco, sienten una baja estimación hacia los demás. Uno no lastima, hiere o ridiculiza a los demás si se respeta y se quiere a sí mismo. Detrás de una persona que constantemente ofende a otros hay un individuo, él mismo, que está continuamente despreciándose. No se acepta a sí mismo.

Si usted quiere ser feliz, debe respetarse y saber que usted tiene espíritu, alma y cuerpo. Debe tratarse bien. Por ejemplo: su cuerpo. Cuídalo. Necesita aire puro, calor del sol, descanso, limpieza, ejercicio. Y no olvide que su cuerpo es Templo del Espíritu Santo; por lo tanto, evite profanarlo con el uso de la droga, el licor como vicio y el uso descontrolado del sexo.

No se avergüence de su cuerpo. Dios lo hizo a usted realmente maravilloso. Fíjese en el funcionamiento perfecto de sus órganos: cerebro, estómago, riñones, etc. Trate bien a su cuerpo. Y cuando sienta problemas físicos, acuda a la ayuda de la medicina, que es un don de Dios para que el ser humano viva mejor.

En cuanto a su alma, cultive su mente, controle sus emociones y sentimientos y ejercite su fuerza de voluntad. Lea buenas lecturas, aprenda a meditar, a ejercitar la razón, la lógica y evite los sentimientos negativos como el odio, el rencor, la cólera, la envidia. Ejercite su fuerza de voluntad realizando grandes metas. Sepa que su alma es tan importante como su cuerpo y así como reviste con dignidad el mismo, no olvide que su alma necesita también embellecerse.

El respeto a sí mismo implica también fijarse en su espíritu. Éste es la capacidad que tenemos para abrirnos a Dios y a comunicarnos con Él. El hombre que respeta su parte espiritual es hombre de oración. Le encanta hablar con Dios y se siente a gusto con las cosas del espíritu. Orar es elevar el corazón y la mente hacia el Señor, es entregarse a Él dándole el primer lugar en nuestra vida.

Para respetarse a usted mismo debe mantener un sano equilibrio entre el espíritu, el alma y su cuerpo. Usted muestra respeto hacia usted mismo en la manera como viste, habla, juega; en la manera como se comporta con los demás. Somos el reflejo de lo que pensamos en la manera como hablamos, nos vestimos y nos comportamos con los demás.

Si una persona vive continuamente degradándose, irrespetándose irá cada vez más perdiendo el cultivo de esas tres áreas de su ser y así se manifestará públicamente, tarde o temprano. Y además terminará agrediendo, haciendo daño a los demás, de mil maneras. El que no es bueno consigo mismo, es malo con los demás.

Usted debe respetarse, quererse. Recuerde que "Dios no hace basura" y Dios lo hizo a usted. Por lo tanto, usted merece el mejor de los tratos. Estímese, ámese, deje de maltratarse y vea todo lo positivo y bueno que tiene. Dios quiere que se ame. Usted le falta el respeto a Dios despreciándose a usted mismo, porque Él es el autor de su vida. Rompa, pues, las cadenas del desprecio a sí mismo y comience a sentirse bien.

Dios hizo a alguien maravilloso que es usted. El que no se respeta a sí mismo no respetará a nadie. Y no se olvide, con DIOS USTED ES...
¡INVENCIBLE !