

18 signos que indican que tuviste un buen año incluso si no parece así

El Ciudadano · 23 de noviembre de 2015



Hay momentos en nuestra vida en los que **nos sentimos sin rumbo** o sentimos que no hemos logrado todo lo necesario considerando el momento en el que nos encontramos. Sin embargo, **vivir bajo nuestras complicadas expectativas** o estar siempre enojados con nosotros mismos no es la solución, de hecho es muy poco productivo y bastante dañino. Puede que en este momento estés pensando que te hubiese gustado que cientos de cosas fuesen diferentes pero, **¿qué pasa si te fijas en las cosas que sí salieron bien?** Esta lista te ayudará a ver todo eso positivo que puede que hayas estado olvidando.



- 1. Cuando miras hacia atrás sientes que todos los esfuerzos realizados no han sido en vano**
- 2. Sientes que sonríes más y que te sientes más feliz y agradecida con más frecuencia que antes**
- 3. Te das espacio para soñar y piensas de forma más positiva**
- 4. Has comenzado a aceptar que hay cosas que no puedes cambiar y es por eso que hoy ocupas tu energía de forma diferente, evitando cansarte o estresarte de más**
- 5. Lentamente has dejado de compararte con los demás. Ha tomado trabajo, pero ha sido posible**
- 6. En el último tiempo lograste lo impensable: aprender a reírte de ti misma y tomarte las cosas con menos seriedad. Tu salud mental lo ha agradecido por montones**
- 7. Ya no te da miedo mostrarte vulnerable y de hecho, comprendes que es la única forma de formar una conexión más fuerte con quienes te rodean**

- 8. Te permitiste hacer lo que querías en vez de convencerte que no era buena idea o que alguien como tú no lograría esa meta que tanto anhelabas**
- 9. Antes hasta las cosas más pequeñas te daban ansiedad o te estresaban. Durante este año has aprendido a verlo todo en perspectiva**
- 10. Este año también has comenzado a perdonar tu pasado. Te has perdonado a ti misma y a otros y has comprendido que incluso lo malo te ha dejado lecciones importantes**
- 11. Tienes una confianza renovada en ti misma y has dejado de lado cualquier patrón de pensamientos negativos**
- 12. Sentiste miedo, pero no dejaste que eso te detuviese y fuiste capaz de tomar decisiones que en su momento parecían arriesgadas**
- 13. También hubo momentos en los que no todo salió como esperabas, pero en vez de recriminarte por ello, te felicistaste y seguiste adelante**
- 14. Has dejado de vivir bajo las expectativas que tenías de lo que la vida debería ser y en vez de eso, dejas que cada día te sorprenda y te maraville**
- 15. Este año has vivido en el presente. Dejaste de lado los arrepentimientos del pasado y los miedos del futuro**
- 16. Sientes que ahora disfrutas de pasar tiempo a solas contigo misma. Lentamente has comenzado a lidiar con tus propios miedos**
- 17. Has aceptado que no siempre sabrás las respuestas de todo. Sabes que estás en un proceso de aprendizaje continuo**
- 18. Puedes ver y aceptar con absoluta claridad que avanzaste mucho durante este año, incluso si no lograste todo lo que esperabas. Esa es la prueba máxima de que este año definitivamente fue maravilloso**

Fuente: [Upsocl](#)

Fuente: [El Ciudadano](#)

