

Maré

"Em todas as coisas da vida existe uma maré que, se a aproveitamos a tempo, nos conduz ao sucesso. Mas, para quem a deixa passar, a viagem da vida perde-se em baixos e desditas"

William Shakespeare

As vezes olho para a minha vida e dou-me conta que gostaria de ser hoje a pessoa que fui no passado; ou começar a ser alguém completamente novo. Mas, o novo Guillermo parece-me muito distante – quando o quero construir de repente – e para percorrer o caminho preciso de muita fé nessa pessoa que quero ser. Procurando vencer essa atitude derrotista do "já é tarde" ou "é uma mudança demasiado grande", experimentei diferentes caminhos e um deles consiste em tomar pequenas acções diferentes das habituais, que juntas começam a despertar algo dentro de mim.

Alguns exemplos desses pequenos triunfos são:

- Resolver algo que tenho pendente há muito tempo.
- Comer algo saudável
- Telefonar a um amigo que há muito venho adiando.
- Congratular-me com algo que fiz e que funcionou.
- Ir buscar coisas que há muito tempo não uso.
- Comprar roupa nova.
- Organizar ou limpar uma parte esquecida da minha casa ou do meu computador.
- Falar no presente sobre o que quero para a minha vida.
- Mudar um pensamento automático por um que seja construtivo.
- **Aprender algo novo ou mais sobre algo que gostaria de fazer**
- Dar importância à beleza de estar entusiasmado e assim passar ao nível seguinte dos meus objectivos.

Todas estas acções vão gerando uma inércia – como uma maré positiva que faz subir o meu mar - que me leva a realizar outras novas acções, a conhecer novas pessoas e a pôr a funcionar, uma vez mais ou de uma nova forma, a roda da minha vida.

Voltando à frase de Shakespeare, creio que há um momento para apanhar a maré da própria vida e esse momento pode ser agora se eu assim o decidir... ou se eu gerar uma maré interior que me ajude a decidi-lo.

Por: Guillermo Echevarría
Fonte: tuminuto@liderazgointegral.com

Nota:

A Doce design criou um movimento de maré. Se é esta a sua maré, não a perca.