



Cat de dificil poate fi sa iti stabilesti un drum in viata si sa ai o directie bine definita catre viitor?!

Pentru unele persoane poate fi foarte dificil. De ce? Pentru simplul motiv ca nu stiu cum sa-si stabileasca cu precizie un obiectiv. De ce nu pot sa faca lucrul asta, desi sunt oameni foarte inzestrati? Uneori, poate fi pentru ca nu stiu "sa se asculte" si nu au fost niciodata invatati cum sa faca asta. Nu ne referim aici la a "auzi voci"... Ne referim la sentimentele pe care fiecare le are atunci cand trebuie sa ia o decizie. E ceea ce pune in balanta ce e potrivit sau nu pentru propria persoana. E vorba de instinctul personal, cel care te avertizeaza sau te incurajeaza atunci cand urmeaza sa iei o decizie sau trebuie sa pornesti pe o directie intr-un domeniu al vietii tale.

De foarte multe ori oamenii cauta in cei din jurul lor incuviintarea faptului ca au facut ce trebuie sau ca urmeaza sa faca ce trebuie. Ar fi mult mai benefic pentru fiecare persoana care asteapta o confirmare de la cei din jur sa invete sa ia decizia acea de unul singur. Sa invete sa asculte ceea ce propria fiinta ii transmite. Cei care asteapta in permanenta ajutor din partea celorlalti, in luarea unei decizii, ajung sa puna pe umerii celorlalti si responsabilitatea esecului, in felul acesta ei fiind mereu protejati.

Pentru o persoana care nu a fost obisnuita sa-si asculte instinctul e relativ greu sa invete sa faca acest lucru. Dar nimic nu e imposibil si nimic nu e prea greu atunci cand vine vorba de propria ta bunastare si de propria ta evolutie ca persoana.

Poti incepe cu pasi mici. Pentru inceput iei decizii marunte, cu insemnatate minora pentru viata ta, apoi, dupa ce ai dobindit o anumita siguranta si te-ai convins ca poti alege **cel mai potrivit lucru pentru tine**, vei vrea sa sa faci acelasi lucru cu deciziile mai importante.

Vei constata, in timp, cata satisfactie personala vei obtine si cat de mult iti va creste valoarea in ochii celorlalti.

Ascultarea propriului instinct este una din cele mai importante aspecte in reusita unei persoane. De ce? Pentru simplul fapt ca nimeni nu poate sti mai bine decat tine ceea ce ti se potriveste si ceea ce te implinesti ca persoana.

Putem observa cu usurinta ca oamenii de succes sunt persoane care stiu sa-si asculte foarte bine instinctul personal si ajung in timp sa-l educe atat de bine incat sa-l transforme intr-un adevarat atu. Fiecare dintre noi poate ajunge la astfel de performante dar, ca orice invatare, acesta presupune depunerea unui efort, mai mic sau mai mare in functie de abilitatile deja existente.

Calitatea vietii noastre depinde in foarte mare masura de gradul in care stim sa ne ascultam propriul instinct si de curajul de care trebuie sa dam dovada, uneori, in concretizarea lui.

Aminteste-ti acest lucru de fiecare data cand nu te simti pregatit sa iei o decizie pe cont propriu, sau nu ai curajul de a iti urma instinctul care, la urma urmei, este felul in care subconstientul sau – de ce nu –sufletul iti transmite ceea ce are de transmis.

Chiar daca ratiunea isi are rostul ei in analiza unor informatii, decizia luata trebuie sa fie valida de emotiile resimtite. Atunci cand logica iti spune alta dar corpul si senzatiile lui iti spun alta...pe cine asculti? Ei, bine, nu e chiar atat de simplu. Trebuie sa acorzi atentie acelor emotii si sa descoperi ce este in spatele lor, ce mesaj iti transmit: poate ca trebuie sa schimbi ceva, sa adunci mai multa informatie/ sa inveti ceva nou, sa astepti, sa te grabesti...sau poate trebuie doar sa ai mai multa incredere in tine. Un lucru este, insa, clar: atunci cand ai luat o decizie corecta, te simti BINE, o stare de bine profunda, relaxata, autentica. Trebuie sa fii obisnuit sa fii atent la tine si sa te cunosti excelent pentru a diferentia aceasta stare de bine de altele. Dar vei reusi...vei stii cand instinctul tau este vocea autentica a sinelui care spune iti spune ..."go for it!

Alina Sintoma