



☐☐ **Acum vreo doua saptamani, stateam de vorba cu un tanar inteligent, cu ochi sclipitori, vorbire mestesugita si dornic de succes, care nu intelegea ceva: de ce, desi are un job intr-o firma mai mare si castiga mai bine, o prietena care poate fi descrisa ca o “partida foarte buna” si are mari asteptari de la viitor, unde se vede in top, are, totusi, o senzatie de nemultumire si lipsa, ba de chef, ba de bucurie?**

Desigur, ar fi putut fi vorba de o simpla pierdere in prea multe task-uri si de uitarea unui lucru simplu - recunostinta si arta de a ne bucura de fiecare zi, asa cum o fi ea.

Dar s-a dovedit a fi vorba de ceva mult mai profund - lipsa unei identitati personale potrivite si autentice, care a fost cedata, circumscrisa, alipita sau cum vreti sa-i spuneti, banilor : “SUNT cati bani am”. Mai mult, domnisoara , partida buna, nu era o mare dragoste, ci tot un mod de a orbita in jurul “planetei bani”.

Aceasta intamplare ne ajuta sa privim lucrurile in adevarata lor lumina: este viata noastra autentica, este ceea ce vrea sufletul nostru, sau este doar o umplere de timp, cu ajutorul a variate activitati, in incercarea de a ne alinia la dorinte superficiale sau care nici nu sunt ale noastre, ci sunt induse de grup, familie sau societate?

In general, atunci cand facem alegerile corecte in viata si mergem intr-o directie buna, in armonie cu eul nostru profund, vom sti asta pentru ca:

- indiferent de posibilele greutati, ne simtim fericiti si motivati;

- sanatatea este buna;

- suntem creativi si avem “chef”;

- in ciuda unor posibile obstacole si a unor ganduri de a renunta, mergem mai departe pe aceeasi directie pentru ca, undeva, in adancuri, stim ca asa trebuie.

Si inversul este valabil: atunci cand inaintam pe o alta directie decat cea potrivita noua, indiferent de succese si rezultate, bucuria devine temporara si sufletul parca se pietrifica, orgoliul sau indiferenta cresc, sanatatea se subrezeste, obstacolele pot fi dese si fericirea este, de fapt, putina. Rar suntem multumiti si plini de viata – mai degraba, avutiile, promovarile sau titlurile se inmultesc, dar viata trece pe langa noi. Undeva, in adancurile inimii, este seceta si, uneori, pustiu.

De aceea, alegerile potrivite, directia potrivita sunt cheia fericirii si a sanatatii.

In teorie, suna bine si pare usor. In practica, poate fi putin mai greu, daca tinem cont de noianul de ganduri sau porniri contradictorii care nu permit intuitiei sa isi faca auzit, cu multa claritate, glasul. Este nevoie de o linistire interioara si de curajul de a fi foarte, foarte sincer cu tine insuti, pentru a-ti da seama ce vrei, cu adevarat si in ce directie trebuie sa o apuci.

Daca ne intoarcem la tanarul nostru si sunteti curiosi, a fost bine ca ne-am intalnit si ca am putut sta de vorba. A reusit sa constientizeze ce era si ce nu era autentic si valoros in modul sau de viata. Nu a fost nici atat de greu pe cat m-as fi asteptat (pentru ca, din experienta, am invatat ca oamenii se dezlipesc cu greu de ideea banilor si a identitatii de om cu influenta, atunci cand le-au cedat, deja, o parte din sufletul lor) si s-a lasat cu multa bucurie. Pentru el – bucuria de a se trezi ca dintr-un vis si de a-si pune intrebarea “cine sunt si ce fac cu viata mea”, pentru mine – bucuria ca tinerii din ziua de azi nu sunt, toti, pierduti in lumea virtuala sau autizati, iubitori de obiecte, mai mult decat de oameni.

Deci, daca tot vine primavara, etapa a doua :) , va invit si pe voi la o curatenie interioara: luati-va timp sa descoperiti sau sa va reamintiti cine mai sunteti, ce vise adevarate mai aveti, unde va vor conduce ele si de ce, mai tarziu, nu le veti regreta.

Succes!

Carmen Todor

Dr. Carmen Todor, MD, MSc, este life & business coach certificat in Romania, Germania si Austria, trainer si psihiatru.

