Quem sou eu? Conheça a si mesmo e viva suas potencialidades

Categoria: Autoconhecimento  
TAGs: eu, descoberta pessoal, pensamento, lei da atração

Quantas vezes nos distanciamos de nós mesmos? Não nos permitimos parar para ver o que estamos fazendo de nossas vidas. Apenas seguimos o fluxo! Na verdade, sobrevivemos e não vivemos. Precisa acontecer algum problema grave para você acordar para a verdadeira vida?  
  
  
Somos seres racionais, dotados de inteligência. Seres pensantes. Por que não utilizamos este precioso recurso para escolhermos um roteiro de história de vida melhor para nós? Por que sempre trilhamos o caminho mais difícil ou doloroso? Por que nos sabotamos?  
  
  
Tenho um exercício que já fiz algumas vezes que me ajudou a ter uma percepção melhor do momento que estava vivendo e também para ter uma ideia do meu comportamento pessoal. Quando estiver sozinho, relaxado e sem interferências externas, faça a seguinte reflexão em cima de um antigo pensamento: “Diga-me com quem andas e te direi quem és.”.  
  
  
Você se surpreenderá com a resposta! Se estiver passando por um momento de vida conturbado verá que os lugares que frequenta não são os melhores e as pessoas mais próximas de você são meio que problemáticas. E quando isto acontece, meu amigo, você constatará que esta sua vida externa é apenas um reflexo de você mesmo. Atraímos gente e situações que estão na mesma vibração que a nossa.  
  
  
Mas o grande erro que muitos cometem é basearem suas decisões pessoais de acordo com opiniões ou exemplos de terceiros. Sempre colocam o “outro” em primeiro lugar e você mesmo fica em segundo plano.  
  
  
Que falta de personalidade, não!  
  
  
Quer dizer que se todos resolverem afundar com o barco, você vai junto porque “todo mundo” quis assim!  
  
  
A mudança da sua realidade atual somente acontecerá quando você agir sendo aquilo que você realmente é. Ninguém pode interpretar o papel que foi destinado a você!  
  
Você deve estar se perguntando: “Mas como vou me redescobrir?”.  
  
  
Eu te digo: “Você está disposto a ser apresentado a você mesmo?”.  
  
  
Uma forma simples de você ter este contato inicial com você mesmo, é pegar uma folha de papel em branco ou reserve um caderno somente para os exercícios que indicarei neste livro. Faça uma linha para dividir a página em duas colunas e de um lado liste suas qualidades e do outro lado seus defeitos. Seja honesto! Mesmo porque você está sozinho não precisa mentir ou representar para ninguém.  
  
  
As pessoas geralmente sentem dificuldades para apontar suas próprias falhas. Isto é bobeira! Somos todos seres imperfeitos que estamos aprendendo na escola da vida. Alguns têm um rendimento melhor deste aprendizado, outros demoram mais.  
  
  
Quando terminar, observe quanto você pode conhecer de si mesmo com suas características pessoais listadas.  
  
  
Para complementar este estudo, faça outro exercício respondendo as seguintes perguntas: “Se eu fosse um (a)..., eu seria um (a)...” E por quê? Preencha a primeira parte da pergunta com: carro, animal, flor e objeto.  
  
  
Por exemplo: “Se eu fosse um carro, eu seria um Fusca porque sou simples e estou pronto para enfrentar qualquer parada.”.  
  
  
Perceba que você só poderá traçar um objetivo ou desejar algo se você tiver uma percepção melhor de si mesmo.  
  
  
Para finalizar, deixo uma tarefa para você refletir em quais são suas aptidões, coisas que só em você pensar, você já sente prazer, alegria e realização. Um trabalho que você executa com naturalidade e que ama em estar fazendo. Se ainda não fez, o que poderia ser? Sempre há algo que faz nossa alma feliz e se sentir plena. O que você gostaria de ser ou ter? Nunca é tarde para vivermos nossa verdadeira essência. Pense!

Fonte: <https://www.portaleducacao.com.br/conteudo/artigos/esporte/quem-sou-eu-conheca-a-si-mesmo-e-viva-suas-potencialidades/54279>