
CONSEJOS PARA AYUDARTE A ENCONTRAR TU PASIÓN



“Dedícate a tu pasión y serás feliz, exitoso y afortunado”

Todos queremos encontrar nuestra pasión en algún momento de nuestra vida. La pasión crea sentido y dirección de la vida además crea la realización de la vida y la llena de alegría. Por ello la pasión es felicidad, es lo que crea una vida mágica. La vida que todos merecemos vivir.

Existen personas que tienen en claro que le apasiona, pero otras tienen que trabajar para encontrarlas, y es abrumador considerar cómo comenzar. Para Identificar, reconocer y honrar este propósito es quizás la acción más importante que toman las personas con mayor éxito. Se toman el tiempo para entender para qué realizan su trabajo, y luego lo persiguen con pasión y entusiasmo.

Pero, siempre nos encontramos con las siguientes preguntas: ¿y si no sé cuál es tu pasión? ¿Qué hago para descubrirla? desea levantarse por la mañana y sentirse entusiasmado con lo que hace, sabe que hay algo más en la vida. Algo que llama la atención, pero no escuchamos o sentimos simplemente se sienten atrapados dentro de su propia vida, por ejemplo:

- En el trabajo de oficina donde se siente encarcelado, haciendo un trabajo que no le produce satisfacción.
- En relaciones a largo plazo donde se sienten incómodos.

- En su propia vida donde se encuentran llenas de dudas y negatividad.

Encontrar la pasión no siempre es un camino fácil, al menos para muchas personas que le es difícil descifrar este momento. Estar trabajando en un trabajo agitado que quita mucho tiempo y energía, y aunque sabes que no es lo que amas o querías en tu futuro, es lo



que realizas en la actualidad y no te sientes conforme con tu día a día, ni siquiera puedes cocinar tu propia cena la mayoría de las noches, y mucho menos descubrir tus pasiones. La vida laboral opera constantemente a un ritmo frenético, por lo que es fácil quedar atrapado en todo el ruido y las distracciones. Pero si tienes la ansiedad por descubrir cuál es tu pasión, entonces es momento de despejar el horario y comprometerse a convertirlo en su prioridad número uno para así poder encontrar su pasión.

La pasión es la que permite trabajar cuando otros descansan y disfrutar mientras lo haces. Si te sientes desganado con tu trabajo es porque falta pasión en lo que realizas a diario. Al pasar los días te sientes encerrado en un camino sin salida. Sentir mucha ansiedad como estar corriendo sin parar en una rueda de hámster y, aunque sabes que tanto esfuerzo no te llevará a lo que anhelas, la inercia de la rutina y el miedo al cambio te impiden abrir los ojos.

En la vida diaria puede que no sea fácil plantearte un cambio tan importante pero lo que está en juego es algo que no tiene precio: LA FELICIDAD. Hoy, más que nunca, dedicarse a lo que te gusta es posible. Sólo una advertencia, nunca olvides o renuncies a tu puesto de trabajo actual hasta que veas que tienes los implementos necesarios para realizar un cambio importante en tu vida.

La pregunta que siempre se realiza en la mente es saber *¿cuál es mi pasión? O ¿cómo puedo encontrar mi pasión?*

La pasión no siempre se presenta de forma evidente en nuestras vidas. De hecho, la mayoría de personas necesitan pensar en ello durante meses e incluso años. Difícilmente se llega al objetivo sino no sabes dónde dirigirte. Una de las maneras importante para encontrar la pasión, es necesario realizarse preguntas personales, colocarlo en un papel y leerlo para así descubrir que es lo que te apasiona en la vida. Anota estas preguntas y si demoras en respóndelas no hay problema ya que al leer las respuestas habrás ganado a cambio del tiempo invertido, un valor incalculable para ti.

- *¿Mi vida está siendo encaminada como yo quiero o simplemente me estoy dejando conducir por mi rutina diaria?*

- ¿Qué actividad estaría dispuesto a hacer día tras día sin cobrar nada a cambio?
- ¿Qué actividad cuando la llevo a cabo hace que pase el tiempo sin que me dé cuenta?
- Si pudiera elegir ¿qué cosa haría el resto de mi vida, ¿cuál sería?
- ¿Sobre qué tema leo mucho sin que resulta tedioso o aburrido?
- ¿Cuáles son mis libros favoritos?
- ¿A quién admiro?
- ¿Si viajara en el tiempo elegiría de nuevo lo que realizo actualmente o lo cambiaría? ¿Qué cosa elegirías?
- ¿Qué actividades realizar si encuentro la creatividad?
- ¿Qué realizo con mucha facilidad y va con mis gustos?



Estas preguntas ayudan para tener una visión más clara acerca de lo que te apasiona en la vida y a conocerte a ti mismo y saber lo que te gusta realmente. Es recomendable dedicar tiempo que haga falta. Lo realmente importante es que se respondan con sinceridad.

Desde pequeños en las escuelas nos enseñan todo tipo de aprendizaje, pero no se nos potencia en aquello que realmente nos gusta o se nos hace más fácil de realizar. Hasta que llega un punto que toca elegir una carrera para tener una profesión o realizar en el futuro.

La psicóloga Angela Duckworth comento que parte de encontrar y perseguir su pasión en los momentos mundanos es tener en cuenta el panorama general. Se usa a sí misma como ejemplo y explica cómo cuando aísla tareas en su día, como revisar el correo electrónico, leer artículos de investigación, revisar un artículo, etc., todo puede parecer tedioso. Pero cuando replantea estas tareas, comprende que estas cosas la ayudan a convertirse en una mejor científica, lo que la ayuda a ayudar a los niños a prosperar. Y eso es lo que le importa a Duckworth, ayudar a los niños a vivir una vida mejor. "Conectar su trabajo a corto plazo con sus

ambiciones a largo plazo puede ser de gran ayuda para las personas que sienten que están perdiendo el impulso”.

A continuación, se presentan consejos para encontrar trabajo y pasatiempos que realmente le apasionen:

1. Comience con el criterio correcto

Si al entrar a una organización con una fuerte opinión: “No entiendo este trabajo. No habrá nada que me guste del puesto. Solo estoy por el sueldo”, la empresa no será atractivo para sus ojos. No lo explorará con el debido tiempo o atención, y es poco probable que encuentres iniciativa para trabajar a diario.

El mismo criterio se aplica a la búsqueda de la pasión. Si está convencido de que encontrar su pasión es difícil, o que no le va a suceder, permanecerá cerrado a las posibilidades. Bloqueará los pequeños empujones, tirones y señales que nos guían a todos. Optar por adoptar la perspectiva que usted puede hacer lo que ama con su vida. Una de las mejores maneras de fortalecer este punto de vista es rodearse de personas que son ejemplos vivos.

2. Que tu persona sea el centro de atención:

Si enfocas tu persistencia en perseguir lo que te interesa y cuidas de ti mismo, construirás una comunidad de personas que tienen intereses similares, y si lo que persigues se convierte en un pasatiempo o en tu profesión, tendrás un sentido renovado de significado y logro. Llenando tu tiempo con cosas que disfrutas. Tenga cuidado y trate de no determinar lo que persigue en función de lo que piensan otras personas o de lo que está de moda solo siga sus intereses.

3. Convoca a un pequeño grupo consejos personales

Discute sus consideraciones con cuatro o cinco personas que admira y en las que confía. Puede ser informal, pero asegúrese de discutir sus fortalezas, debilidades, inclinaciones y reflexiones. Estas reuniones pueden ser desde sesiones de lluvia de ideas hasta estrategias para buscar algo en particular. Pero discuta sus ideas y planes con personas buenas e inteligentes que puedan brindarle comentarios reflexivos.

4. Cuidado con el miedo

Es más factible disuadirnos de perseguir ciertas cosas cuando tenemos miedo. Por lo tanto, es importante preguntarse a sí mismo: “¿Qué haría si no tuviera miedo?” analice si no le importa perseguir algo o si simplemente tiene miedo de

perseguirlo. Discernir la diferencia puede ayudarte a reunir el ánimo para perseguir algo, o ayudarte a seguir adelante para probar otras cosas.

5. Determina a tú pasión como si fuera un ejercicio de ensayo - error

Es recomendable trabajar en tus proyectos teniendo una mentalidad de estudiante en prácticas: empezar a trabajar en algo, temporalmente, para ver si te gusta. Quizás te des cuenta de que no te apasiona este sector tanto como creías, pero puedes descubrir algo sobre ti que puede llevarte hacia algo que se te acomoda más. Ya que no es solo pensar en realizarlo sino también experimentarlo.

6. Discernimiento entre un pasatiempo y una pasión rentable

Puede ser que, a través de la búsqueda, encuentres una actividad que te absorbe, que te guste de tal forma que no paras de pensar o realizar esa acción. Pero ahora tiene que hacerse la siguiente pregunta: ¿Quién se beneficiaría (y pagaría) por esto?

Bueno, si desea contribuir con su pasión a la sociedad y obtener un ingreso de ella, debe ser realista sobre si esto podría convertirse en una carrera, y qué necesitas o te falta para que eso suceda. Además, piense si incluso disfrutaría haciendo esas actividades; para algunas personas la pasión es simplemente divertida, y convertirla en trabajo la transforma de un "amor por hacer" a un "tener que hacer".

7. Espera un temor

Cuando buscas tu pasión, habrá partes de ti que entrarán en rebelión. Todos tenemos una gran cantidad de temores, en torno al fracaso, el éxito, la visibilidad y la vulnerabilidad, que hablan con voces sensatas y nos indican que no debemos hacer lo que amamos. Si sucede este tipo de inconveniente dejaras que las voces de tu alrededor ganen, tu pasión permanecerá fuera de tu alcance. En cambio, busca el miedo debajo de tus opiniones razonables para que puedas vencer ese temor.

Una recomendación es que antes de lanzarte de lleno a vivir tu reciente y descubierta pasión debe darse el tiempo para darse cuenta si realmente lo es lo que quiere en la vida. Es decir, dedícale unas horas diarias durante unos meses y observa cómo evoluciona tu estado de ánimo.

También es aconsejable hablar con personas que se dediquen acerca o igual al tema y preguntar las dudas que tiene. Te ayudará a dibujar una imagen más real de lo que implica dedicarte a ello. La mayoría de veces tenemos una imagen idílica de las cosas y una vez sabemos su verdadera forma perdemos el interés que nos despertaba. Este puede ser el momento más importante de tu vida. Conócete a ti mismo y entonces podrás moldear el mundo que te rodea en tu provecho.

Considerar que la pasión es algo mágico que llega en algún momento de tu vida que te abre todas las puertas y te soluciona todas tus preocupaciones, no es algo de todo cierto. La pasión es esa actividad que te gusta, te hace sentir bien, que te reconocen por lo que realizas y que te encanta. Esa actividad que no te da pereza realizar cuando te despiertas por la mañana, que vayas a hacerla con ilusión.

Desde el punto de vista de hacer tu pasión a tu modo de vida, es simplemente ese trabajo donde te sientes cómodo, lo haces bien y te lo reconocen, y vas feliz a hacerlo. Creo que es una visión mucho más realista de lo que es la pasión e igual de ilusionante.

“Trabajar duro por algo que no te interesa se llama estrés. Trabajar duro por algo que amas eso se llama pasión”

