

Por Anderson Rocha\* para o RH.com.br

Todos os dias nós temos a opção de escolhermos os caminhos que devemos seguir em nossas vidas, ou seja, se continuamos do jeito que somos ou mudamos. Uma frase que gosto muito afirma o seguinte: "A cada dia, a vida nos oferece uma página em branco para que possamos escrever a nossa história. O que você está escrevendo ou quer escrever?".

Mas para escrevermos uma linda história, torna-se fundamental sair do piloto automático e ter consciência das atitudes e dos comportamentos que temos adotado. Todos nós precisamos parar alguns momentos para refletir no que realmente é importante e valioso para nossas vidas.

Somos servidos de um leque de opções incalculáveis, de simples escolhas que eventualmente passam despercebidas até decisões que requerem análises mais detalhadas.

Vejo muitas pessoas lamentando, dizendo que não tem tempo para fazer uma atividade física ou sem tempo para ficarem mais próximos às suas famílias. Na verdade o que se tem nestes casos é que não foram definidas claramente quais são as prioridades. Você já definiu as suas prioridades?

Quando priorizamos algo, sempre arrumamos tempo. A essência do ser humano é ou deveria ser a capacidade de dirigir a sua própria vida. Nossa capacidade de escolher o rumo de nossa vida nos permite reinventarmo-nos e mudar nosso futuro.

Fundamentalmente, somos um produto da escolha, não da natureza (genes) ou da criação (educação, ambiente). Certamente os genes e a cultura exercem, muitas vezes, influências poderosas. Mas, não são determinantes.

Muitas pessoas buscam o tempo todo culpados pela incompetência e pela infelicidade em alguns aspectos de suas vidas. Devemos ter a clara consciência que competência e felicidade

são atributos de nossa inteira responsabilidade, pois começam e terminam dentro de nós. Temos que parar de colocar sempre a felicidade em coisas que não dependem de nós. Só assim poderemos ter uma vida mais plena e realizadora, pois criamos, literalmente, o mundo em que vivemos.

O que mais distingue o ser humano dos outros animais são duas coisas básicas: a inteligência e a vontade. E são elas que nos movem em busca de uma vida realizadora.

A nossa capacidade é extrema e não há limites. Sempre podemos e devemos avançar, sendo essa a verdadeira essência da vida. Estamos aqui para melhorar continuamente. A mudança deve sempre ser vista como algo positivo e não como ameaça. Em todos os momentos da vida temos sempre mais de um caminho a seguir.

Uma pesquisa francesa relatou que boa parte das pessoas vive 65% em função do que passou e 30% em busca do futuro. E o que resta? Somente 5% para o presente! Você se encontra em qual situação? Passado, futuro ou presente?

Se analisarmos a pesquisa, encontraremos talvez algumas explicações para a quantidade de pessoas que vivem angustiadas e presas ao que passou, enquanto outras extremamente ansiosas, presas também ao que possa vir. Não podemos interferir no que passou, ele não nos pertence mais. Só existe algo a fazer, aprender! Também só podemos criar um belo futuro se conseguirmos fazer a diferença nesse grande presente que nos foi dado.

Se fosse preciso apontar a principal característica dos nossos dias não teria dúvida em dizer que é a responsabilidade de cada indivíduo por si mesmo. Sócrates, o célebre filósofo da Grécia Antiga já ensinava uma única verdade: "Conhece-te a ti mesmo". O princípio vale até os dias atuais, com uma mínima alteração: Conhece-te e desenvolve-te.

Escolha assumir o comando da sua vida! A decisão sempre esteve e estará em sua mente, em seu coração e em suas mãos.

*\*Anderson Rocha*

Formado em administração de empresas e especialista em Recursos Humanos e Comunicação Verbal e não verbal. Professor de cursos de graduação e pós-graduação. Palestrante da ESESP - Escola de Serviço Público do Espírito Santo nas áreas motivacional, liderança e oratória. Profundo estudioso e pesquisador do desenvolvimento e comportamento humano. Autor de artigos publicados em diversos sites, revistas e jornais no Brasil. Colunista e colaborador de principais sites do país, nas áreas de Gestão de Pessoas, Administração, Vendas, Motivação, entre outros. Foi consultor do programa da qualidade no Serviço Público do Governo Federal. Ocupou funções de assessoria, direção, coordenação de programas, instrutoria de treinamento e facilitação de grupos. Em 12 anos de experiência, já ministrou treinamentos, workshops e palestras a milhares de pessoas, atuando nos temas liderança, motivação e oratória.

Fonte: [www.rh.com.br](http://www.rh.com.br)