

*Fabiano Dell**

A mente é a matriz de todos os pensamentos. Os pensamentos, por sua vez, geram emoções e sentimentos os quais moldam nossas ações e atitudes. E é exatamente de acordo às ações que colhemos os resultados, sejam bons ou ruins.

Creio que é senso comum o conceito de que a mente humana tem um poder incrível. No entanto há quem não acredite no poder da mente, provavelmente por entender esse termo como algo místico, surreal, ou algo a ser desenvolvido arduamente, ou talvez, um privilégio de poucos.

O que devemos considerar é que a mente é a matriz de todos os pensamentos. Independentemente de estarmos cientes e atentos a esse fato, a nossa mente está a todo instante produzindo, construindo, montando cenários, ponderando, enfim, trabalhando. Para tal, a mente toma como “ferramentas e matéria prima” a memória, a imaginação, os afetos, a razão e a consciência, e cria uma espécie de processo de produção de pensamentos. Esse processo pode variar de simples a extremamente complexo, dependendo de cada indivíduo, suas crenças, experiências, visão de mundo, enfim.

O grande problema está no fato de que a maioria de nós não coloca a devida atenção nesse mecanismo gerador de pensamentos, ou seja, o modelo mental. E o incrível é que nem por isso o processo deixa de funcionar. Desse modo passamos a não ter domínio sobre a qualidade do produto gerado (pensamento).

Ora, os pensamentos geram emoções e sentimentos os quais moldam nossas ações. E é exatamente de acordo às ações que colhemos os resultados, sejam bons ou ruins. Podemos aplicar essa corrente de “causa e efeito” a qualquer área da vida e descobriremos que é assim mesmo que funciona. O que torna então evidente que o poder da mente é real.

Devemos, portanto, observar com muita atenção e diligência a qualidade dos nossos pensamentos. E realizar periodicamente uma autoanálise, ou um estudo de si próprio, fazendo, por exemplo, as seguintes perguntas:

- Estou consciente de que sou detentor e responsável por um complexo processo de produção de pensamentos?
- Está claro que meus pensamentos influenciam diretamente todos os aspectos da minha vida?
- Com que tipo de experiências e informações eu estou nutrindo a minha mente?
- O que está de fato procedendo da minha mente, e qual a qualidade dos meus pensamentos?
- Que resultados eu almejo obter?

Essas perguntas deverão nos ajudar a identificar se há a necessidade de alguma mudança no modelo mental. Caso positivo, o que é muito normal, é necessário também se conscientizar, uma vez que a primeira etapa para qualquer mudança ou melhoria é a conscientização da necessidade. E entenda-se conscientização como a compreensão e aceitação. E para termos eficácia no processo de mudança é fundamental identificar a causa raiz, a fonte, o início do desvio.

É domínio público o conceito de que colhemos o que semeamos. O que não está claro para a maioria de nós é que a semeadura inicia no terreno fértil da mente.

Com essa visão podemos concluir de fato que a mente tem um grande poder, pois nosso modelo mental determina a qualidade dos pensamentos. Nossos pensamentos geram emoções, decisões, palavras e sentimentos, os quais influenciam diretamente as nossas ações

e atitudes, que se tornam nossos hábitos. O que, no contexto geral, formam o nosso caráter, ou seja, quem de fato nós somos.

Por isso, reflita, pense bem e aja de acordo!

* Fabiano Dell Agnolo: Graduado em Administração de Empresas; Pós-Graduado em Engenharia de Fundição; Green Belt Six Sigma; Instrutor na Escola de Capacitação Schulz; Palestrante.

Fonte: www.administradores.com.br