



08 A 14 DE NOVEMBRO DE 2009

# Motivaçã&Sucesso

## Alguém viu novembro chegar? O desafio da aceleração do tempo

Luiz Marins



Levei um susto quando ainda na última semana de outubro entrei num shopping center e já o encontrei inteiro decorado para o Natal. Na porta havia um enorme Papai Noel me dando boas-vindas! Que mundo é este? O ano mal começou e já estamos num clima de Natal, de final de ano!

Há muitas explicações para esta sensação que temos de que o tempo está andando mais rapidamente. Uma delas é a de que o excesso de informação e os meios de transporte cada vez mais velozes são dois grandes responsáveis por esse sentimento de que o ano mal começa e já acaba. Fazemos num dia o que nossos bisavós só conseguiriam fazer em um mês. Perdemos a tolerância com a espera. Queremos tudo instantaneamente. Se não atendermos ao telefone até o segundo toque, quem chamou o desligará com impaciência. A pressa virou amiga da perfeição num mundo que quer tudo pra ontem.

Para viver neste mundo é essencial que saibamos dar qualidade ao que fazemos. Como tudo é muito acelerado e impermanente temos que aprender a nos concentrar em cada momento de nossa vida fazendo as coisas com sentimento de fazer. Temos que reaprender a prestar atenção a cada instante para que ele tenha qualidade. O hábito de concentrar nossa atenção ao que estivermos fazendo poderá minorar a sensação de que o dia passou, a semana passou, o mês passou, o ano passou e pouco ou nada fizemos de valor ou do que gostaríamos de ter feito.

Temos que retrainar nossa mente para a concentração ao momento presente, ao que estivermos fazendo. Temos que reaprender a prestar atenção em quem estiver falando; em prestar atenção no que estivermos comendo ou bebendo; a dar atenção a nossos filhos, esposos, pais, amigos. Temos que aprender a revalorizar as coisas essenciais e selecionar o que assistimos, o que lemos, onde vamos. E além de selecionar é preciso sintetizar o que selecionamos para que transformemos a vida em experiência de aprendizagem e qualidade crescentes. Não basta correr por correr. Ser ágil e veloz é positivo desde que saibamos onde queremos chegar e por quê.

Assim, é preciso arranjar tempo para pensar, planejar, orar, amar. É preciso viver. E sem concentrar a atenção nas coisas essenciais de cada momento, vegetaremos sem consciência crítica, sem qualidade de vida e estaremos nos desqualificando de nossa condição humana.

Preste atenção! Doe-se ao momento presente. Faça tudo com sentimento de fazer.  
Pense nisso. Sucesso! Feliz Natal...



ANTHROPOS MOTIVATION & SUCCESS  
motivacao@anthropos.com.br  
www.anthropos.com.br