

20 a 26 de março de 2011

# Motivação & Sucesso

## Quer ter mais calma, tranquilidade e paz?

Luiz Marins



Você já reparou como vivemos nervosos, intranquilos? Você já reparou como o trânsito está a cada dia mais agressivo? Você já percebeu como as pessoas andam irritadas umas com as outras? Você já percebeu como as pessoas estão impacientes?

Vejo pessoas esbaforidas nos aeroportos. Vejo motoristas que não dão passagem a ninguém. Todo mundo parece que está correndo para “tirar o pai da força” como se dizia antigamente. Por quê? Existe alguma coisa que possamos fazer para melhorar esse clima de ansiedade e guerra em que vivemos?

Pode parecer uma grande bobagem o que eu vou dizer, mas acredito que se as pessoas acordassem um pouco mais cedo, saíssem para o trabalho um pouco antes, se reeducassem a fazer as coisas com mais tempo e antecedência, tudo melhoraria. Vejo que as pessoas vivem apressadas porque vivem atrasadas.

Muito do estresse que as pessoas dizem ter, se deve a uma falta de planejamento do tempo. Trata-se na verdade de um autoengano. As pessoas querem dormir até um pouco mais tarde, mas em seguida saem como loucas pelas ruas querendo tirar o atraso do tempo que ficaram um pouco mais na cama. Há pessoas que ficam “enrolando” para sair de casa e quando saem estão com meia-hora de atraso, com os nervos à flor da pele. Conheço ainda pessoas que acham “chic” chegar atrasado, mas vivem irritadas com o próprio atraso. Qual o sentido disso tudo?

Você conhece pessoas que deixam tudo para a última hora? E você viu como elas ficam nervosas, irritadas, mal humoradas, xingando o mundo, se achando vítimas da realidade? Por que não fizeram antes? Às vezes tenho a impressão de que sentem um prazer mórbido em sofrer deixando tudo para o último minuto!

Experimente acordar mais cedo; sair mais cedo; não deixar tudo para a última hora, acabar com o vício de viver atrasado e você irá sentir que seu humor será melhor; você ficará mais calmo, menos agressivo, mais tranquilo e principalmente mais humano, mais “gente”.

Pense nisso. Sucesso!

