
CE VREI SĂ FACI CU VIAȚA TA?



Mi-am adresat întrebarea aceasta oricât de des am putut. Și în continuare mi-o adresez.

În ultimul an, în mintea mea s-au strâns tot felul de informații conectate la această întrebare. Așadar, uite câteva din lucrurile pe care îmi doresc să le fac cu viața mea:

- Îmi doresc să ajut oameni;
- Îmi doresc să călătoresc;
- Îmi doresc să fiu sănătos.

Pentru mine atât de simplu este.

În urmă cu o lumă mi-am creat o listă specifică cu 30 de lucruri pe care îmi doresc să le fac de-a lungul vieții. Însă după ce m-am uitat mai atent la ea, mi-am dat seama că, de fapt, pot îngloba toate activitățile respective în câteva categorii. Trei la număr, toate expuse mai sus.

Așadar, să îți vorbesc despre fiecare în parte.

Dacă îmi doresc să ajut oamenii, înainte de toate trebuie să mă pot ajuta pe mine. Voi avea capacitatea de a mă ajuta pe mine dacă experimentez ceva nou în fiecare lună. Însă pentru a face asta, am nevoie de timp și bani.

Dacă îmi doresc să călătoresc, voi avea nevoie atât de timp și de bani.

Dacă îmi doresc să fiu sănătos, voi avea nevoie să fac sport și să mănânc sănătos. O oră de sport în fiecare zi ar trebui să fie îndeajuns și consider că pot să mă descurc cu mâncarea fără să investesc prea mult timp în a găti.

Câteva din aceste activități necesită mai mult timp. Altele pot necesita mai mulți bani. Însă a fi capabil să le integrez în stilul meu de viață mă va ajuta să îmi ating stilul de viață pe care mi-l doresc. Și nu îmi doresc să fac vreun compromis.

TIMPUL ȘI BANII CONECTAȚI LA ASPECTELE PERSONALE ȘI PROFESIONALE

Consider că a avea timp este mai relevant pentru aspectul personal al vieții. Iar a avea bani este mai relevant pentru aspectul profesional al vieții.

Așadar, dacă îmi doresc să am și timp și bani, trebuie să acord atenție ambelor aspecte.

Dacă te concentrezi prea mult pe a face bani, o să pierzi conceptul de a avea timp.

Dacă te concentrezi prea mult pe a avea timp, o să pierzi conceptul de a face bani.

UNUL DIN SECRETE ESTE SĂ NU JOCI UN ROL, CI SĂ FII O PERSOANĂ

Dacă te gândești să îți îmbunătățești aspectul personal al vieții tale, probabil că te gândești să te îmbunătățești ca prieten sau ca soț / soție.

Dacă te gândești să îți îmbunătățești aspectul profesional al vieții tale, probabil că te gândești să te îmbunătățești ca angajat, manager sau lider.

Când faci asta, doar joci un rol. Rolul de prieten, soț, soție, angajat, manager, lider, etc.

Iar astfel este posibil să apară două probleme.

1. Este posibil ca rolul pe care îl joci să dispară

Căsnicia poate să ia sfârșit, poți să îți pierzi locul de muncă, poți să devii liber profesionist și să nu ai angajați.

2. Concentrarea pe un singur rol le va distruge pe celelalte

Problema este că nu încerci doar să devii un angajat bun, ci faci tot ce îți stă în putință să devii cel mai bun angajat. Iar când încerci să fii cel mai bun ghici ce se întâmplă? Toată energia ta este concentrată în rolul respectiv, în timp ce celelalte vor fi ignorate, poate chiar uitate.

Va fi foarte dificil să găsești un echilibrul între

ele, mai ales dacă mediul pune presiune pe tine.

Atunci când ești acasă sau în cercurile tale sociale, ești în centrul atenției pentru că te concentrezi pe rolul respectiv. Atunci când ești la muncă, șeful tău îți oferă sarcini și te responsabilizează pentru că știe cât de bun ești.

De fapt, vei excela în ambele situații în același timp. Însă nu atât timp cât joci diverse roluri.

ÎMBUNĂTĂȚEȘTE-TE CA PERSOANĂ, NU CA PRIETEN SAU ANGAJAT

Cu cât vei juca mai mult un rol, cu atât vei fi mai bun în rolul respectiv. Însă, așa cum am zis, le vei ignora pe celelalte.

În schimb, fii o persoană.

Și cu toate că sună simplu, s-ar putea să te înșeli. Vei avea tendința să spui „Ok, sunt o persoană. Însă în același timp sunt o persoană care joacă toate rolurile acestea.”

Uite un exercițiu care să te ajute.

Pasul 1: Începe prin a răspunde la câteva întrebări.

- Care sunt rolurile pe care le am în viața mea?

- Cât de importante sunt aceste roluri și cât de mult investesc în fiecare?

- Dacă nu aș juca niciunul din aceste roluri, ce aș fi?

Pasul 2: Conectează ultimul răspuns la o serie de acțiuni.

Uite și exemplul meu.

Pasul 1: Începe prin a răspunde la câteva întrebări.

- Care sunt rolurile pe care le am în viața de zi cu zi?

Sunt un copywriter, un blogger, un digital strategist, un coach, o sursă de inspirație, un prieten, un fiu și un nepot.

- Cât de importante sunt aceste roluri și cât de mult investesc în fiecare?

Rolul de copywriter îmi oferă bani.

Rolul de blogger îmi oferă oportunități.

Rolul de digital strategist îmi oferă provocări și bani.

Rolul de coach îmi oferă satisfacție și bani.

Rolul de prieten îmi oferă împlinire.

Rolul de fiu și nepot îmi oferă confort.

Toate aceste roluri sunt importante și investesc în fiecare din ele mai mult timp decât bani.

• Dacă nu aș juca niciunul din aceste roluri, ce aș fi?

Aș fi un optimist, care s-ar bucura de a face lumea un loc mai bun prin conectarea cu oamenii din întreaga lume și a îi ajuta să aibă o viață mai împlinită.

**notă: în timp ce scriam acest scurt răspuns, mi-am dat seama că mi-am integrat marea majoritate a rolurilor într-o simplă definiție a stiului de viață pe care mi-l doresc.*

Pasul 2: Conectează ultimul răspuns la o serie de acțiuni.

A fi optimist = să zâmbesc mai des, să mă bucur de viață și să îmi reduc convingerile limitative.

Să fac lumea un loc mai bun = să comunic ceea ce gândesc mai des cu ceilalți.

Să mă conectez cu oameni din întreaga lume = să întâlnesc alți oameni (online sau offline) și să încerc să îi descopăr așa cum sunt ca persoane, nu ca rolurile pe care le joacă.

PUTEREA UIMITOARE A POVEȘTILOR ȘI DE CE NU AR TREBUI SĂ LE ASCUȚI

Am adresat câteva întrebări pe internet conectate la aspectele personale și profesionale ale vieții și am cerut câteva povești despre cele două aspecte.

De nicăieri, următoarea poveste a apărut.

Un om bătrân își învață nepotul despre viață ...

„O luptă aprigă are loc în interiorul meu”, îi spune băiatului. „Este o luptă teribilă între doi lupi.”

”Unul este rău – manifestă emoții precum furie, invidie, durere, regret, lăcomie, aroganță, vinovăție, inferioritate, minciuni, mândrie falsă, superioritate, îndoială de sine.”

„Celălalt este bun – manifestă emoții precum bucurie, pace, dragoste, speranță, liniște, bunătate,

bunăvoință, empatie, generozitate, adevăr, compasiune.”

„Aceași luptă se petrece și în interiorul tău. Și în interiorul oricărei alte persoane.”

Nepotul s-a gândit la ce i-a spus bunicul pentru câteva minute și apoi l-a întrebat, „Care din lupi va câștiga?”

Bătrânul a spus simplu, „Cel pe care îl hrănești.”

Ce este în neregulă cu această poveste?

Ei bine, pe scurt este valabilă doar pentru lupta interioară pe care fiecare din noi o ducem.

Aspectele personale și profesionale ale vieții tale nu sunt ceva care se întâmplă doar în interior sau în exterior. Acestea se întâmplă atât în interior cât și în exterior. Ele sunt totul.

De fapt, nu este nimic în neregulă cu povestea anterioară.

În schimb, s-ar putea să fie ceva în neregulă cu tine. Prin faptul că încerci să soluționezi ce este *greșit* (diferit de așteptările tale) în aspectele personale sau profesionale, vei încerca să găsești un răspuns în orice și oriunde.

Răspunsul pe care îl cauți nu poate fi găsit în orice și nici oriunde.

*Răspunsul pe care îl cauți
este doar într-un singur loc. Și
numai unul. Acel loc ești tu!*

Vei găsi răspunsuri la toate întrebările tale dacă ești dispus să sapi adânc în interiorul persoanei tale, nu al rolului pe care îl joci.