

Significados

Post (0068)



- Nada tem significado por si só. Coisas são apenas coisas. Acontecimentos são apenas acontecimentos. Pessoas são apenas pessoas. Seus gestos, olhares e comentários também não passam de gestos, olhares e comentários. Somos nós que atribuímos os significados a tudo isso.
- Algumas pessoas são boas em atribuir significados interessantes a coisas e acontecimentos. Se você conhece pessoas assim, sabe que elas parecem mais felizes. Outras preferem dar significados ruins a coisas, acontecimentos, pessoas, ...
- E dessa forma, elas acabam sofrendo e por isto. Vivem estressadas, deprimidas, desanimadas, você conhece esse tipo de gente?
- O fato é que muitos não sabem que têm o poder de escolher o significado das coisas e que podem dar a elas o significado que quiser ...
- Que tipo de significado você costuma atribuir a suas ações do dia a dia?
- Se você gosta de fazer alguma atividade, é pelo significado que você atribuiu a ela e se não gosta, também é por causa do significado que você deu a ela.
- Se você diz que lavar o carro é um trabalho de escravo, assim ser, e se você dissesse que lavar o carro é como limpar os sentimentos e pensamentos negativos de sua vida?
- Se você, ao lavar o carro, enquanto a água escorre e leva a sujeira, dissesse que com aquele ato está se libertando de raiva, ressentimento, culpa, etc.?
- Como mudar isso?
- Pense em algo que não tem muita vontade de fazer. Uma

caminhada, por exemplo – algo que muita gente sabe que vale a pena, mas não pratica.

– Se você sempre tem desculpas para não fazer a caminhada – porque “não tem tempo”, é porque você deu esse significado à caminhada. Isto é, “a caminhada é uma perda de tempo”. Como você não quer perder tempo, também não vai fazer a caminhada.

– Agora pense: Como seria, se você dissesse que cada passo que dá é um passo em direção a seu objetivo? Cada passo é uma etapa para alcançar seu objetivo. Muda alguma coisa?

– Você poderia dizer, enquanto anda rápido, que está indo rapidamente em direção a seu objetivo ou enquanto anda devagar, apreciando as paisagens, poderia dizer que enquanto caminha, aprecia e aproveita cada momento de sua vida.

– O que você acha dessa forma de pensar sobre suas atividades do dia-a-dia?

– O que mudaria em sua vida, se começasse a fazer disso um hábito?

Texto de Mizuji Kajii, engenheiro e master practitioner, consultor em desenvolvimento pessoal, especialista em PNL, EFT, coaching, ... Resumido – NG Canela – Outubro de 2010

A irracionalidade do automóvel

Post (0058)



– Muitos de nos vivemos em cidades travadas, onde usar a palavra trânsito é incidir numa contradição, afinal, tudo que não se faz é transitar.

– Repetimos à exaustão: “Por que não se investe em transporte coletivo?”.

– Periodicamente, as grandes cidades batem recordes de engarrafamento, tornando-se lugares altamente poluídos, torrando milhões e esvaziando tanques de combustível sem sair do lugar.

– O caso do transporte nas metrópoles demonstra como determinados conceitos culturalmente arraigados afirmam-se, contra toda racionalidade. Afinal, como justificar o privilégio conferido ao automóvel em políticas de transporte, em que uma única pessoa ocupa o espaço que poderia ser ocupado por muitas num ônibus ou metrô?

– A ideologia do sucesso individual, que leva as pessoas a associarem imediatamente o status social ao carro que possuem, se confunde com a falta de consciência do compartilhamento do espaço público.

– O que se questiona é o próprio sentido de cidadania. Afinal, compartilhar o rico e complexo espaço de uma cidade requer uma postura de respeito pela coletividade, e isso afeta, as escolhas que cada um faz na constituição de seus hábitos cotidianos.

– O avesso disto, que insiste em se reafirmar na realidade, são essas escolhas irracionais que, com máscara de solução individual, tornam-se uma condenação de todos à má qualidade de vida e ao desperdício de recursos. Sabemos que é tempo de mudar.

– Isto não é uma apologia ao abandono do automóvel, mas para que se racionalize o seu uso. Pense nisto durante a sua caminhada costumeira.

Texto publicado Revista Fórum em junho de 2010 – Resumido – NC

Canela – Setembro de 2010