

Encontrar la dirección dentro de uno mismo



¿Alguna vez se ha sentido perdido,
inseguro de sus próximos pasos?
Alguna vez se preguntó sobre el
propósito o significado de su vida?

La mayoría de nosotros nos enfrentamos a estas preguntas de vez en cuando. La vida no es un camino claro. Tiene muchos giros y curvas. Hay obstáculos y oportunidades.

Encontrar la dirección cuando se siente perdido

“El camino de ‘aquí’ hacia ‘allá’ es un mapa que aún debo escribir con el lápiz que sostengo en mi mano”.¹ Esta cita nos da una pista importante sobre dónde buscar su dirección: Dentro de usted mismo. Entonces, ¿cómo comenzar?

Confíe en su brújula interna

Cada uno de nosotros nace con una brújula interna o, en términos modernos, un sistema personal de GPS. Es esa pequeña voz o instinto que le dicen lo que parece bueno o malo para usted. Es la herramienta más genuina y confiable para trazar su camino en la vida.

Usted puede encontrar su brújula interna al sintonizar sus sentimientos y sensaciones. ¿Qué elecciones lo hacen sentir en paz y feliz? ¿Qué decisiones lo hacen sentir emocionado y alegre? ¿Qué caminos, aún si dan un poco de miedo, se sienten como que podrían ser los correctos? Todas estas son expresiones de su brújula interna.

Consejos para organizarse

Sintonizar con su brújula interna puede ayudarlo a encontrar su dirección. Aquí encontrará algunos consejos adicionales para recordar:

- **No piense demasiado.** “Piense antes de actuar” es un buen consejo. Sin embargo, usted podría gastar mucho tiempo y energía pensando y volviendo a pensar, cuando en realidad es tiempo de “actuar”. Pensar demasiado puede paralizarlo y alejarlo del todo de actuar.
- **Deje de inventar excusas.** “No estoy feliz donde vivo, pero no me puedo mudar hasta que...” “Mi trabajo es frustrante pero no puedo buscar uno nuevo todavía porque...”. Uno siempre puede encontrar excusas para esperar, pero ¿por qué poner su felicidad en espera?
- **Actúe.** Casi cualquier acción es mejor que ninguna. Aún si se dirige en una dirección que resulta incorrecta, es un comienzo. Y una vez que comienza, usted puede identificar o eliminar opciones. Aprenderá mas y más sobre sus deseos y metas en la marcha.
- **Deje de tratar de encontrar un único propósito en su vida.** Mucha gente se enfoca en encontrar su única y verdadera pasión o vocación. Aún así, la mayoría de nosotros encontramos más de un propósito irresistible durante nuestra vida. Abra su mente a nuevas actividades para disfrutar de más sentido y placer.

¿Esta listo para iniciar su próxima aventura? Con su brújula interna como su guía y los pasos anteriores como ayuda, usted está listo para iniciar el año 2017 con seguridad y motivación.

¹www.goodreads.com. Último acceso: 2 de diciembre de 2016.

El programa EAP está administrado por Resources For Living, LLC.

Todas las llamadas del programa EAP son confidenciales, excepto que la ley exija lo contrario. Este material es solo a fines informativos. Se considera que la información es precisa a la fecha de producción. Sin embargo, está sujeta a cambios.