

Vuoi vincere ?

Devi imparare a resistere !

A resistere a cosa, direte voi...

Alle prime difficoltà, alle prime resistenze, ai primi sintomi di malessere, ai primi pensieri, alle prime frasi di un linguaggio interiore che mettono in evidenza che forse, abbiamo preso una decisione sbagliata, che forse quell'obiettivo non è realizzabile, che forse non ne vale la pena.

Fraasi tipo " ma chi me l'ha fatto fare ? , se sapevo che era così dura, lascio perdere.., ma guarda che fatica che sto facendo..... invece di essere a casa a riposarmi... ma io dico " ma chi me l'ha fatto fare ? " ma dopo tutta questa fatica, spero che ne valga la pena".

Queste sono solo alcune, ma in fatto di "conoscenza demotivante" siamo dei creativi, siamo dei veri e propri specialisti.

E queste modalità, questo modo di comunicare a noi stessi si innesca in automatico alle prime resistenze, quando vecchie abitudini, situazioni, vecchi comportamenti che non sopportiamo più, non vogliono modificarsi.

Sia che decidiamo di cambiare a livello fisico, iniziando una dieta, scegliendo di andare in palestra, in piscina, a correre nel parco.

Sia che decidiamo di mutare qualche atteggiamento, qualche comportamento a livello caratteriale.

Sia che perseguiamo un obiettivo materiale, di carriera, spirituale, ect ect, la vera difficoltà che dobbiamo affrontare e all'inizio di ogni cambiamento .

Dobbiamo resistere alle tensioni, alle incertezze che ogni mutamento per sua natura porta con se.

Se resistiamo, vinciamo.

Per vincere dobbiamo sopportare un "dolore" a breve periodo per un "piacere" a lungo termine, posizionando i pensieri nella nostra mente su questa motivazione.

Dobbiamo rendere abituale " il NUOVO", andando oltre le resistenze insite "nel VECCHIO".

Se vogliamo possiamo, questo deve essere chiaro a tutti !!

Sempre se Vogliamo Vincere Veramente.....

Un abbraccio