

LA VERITÀ

La vita è ciò che ne fai, sei tu il responsabile di ciò che divieni!

SONO IN MOLTI A CREDERE di essere diventati ciò che sono nella vita per colpa delle circostanze nelle quali si sono trovati. Da piccoli, a scuola, al lavoro... Sono ciò che sono, non per loro responsabilità, ma per colpa di qualcuno o di qualcosa che gli è capitato. Concepiscono la propria esistenza come un susseguirsi di eventi che sono accaduti attorno a loro, dei quali non si assumono la responsabilità.

La verità è che la vostra vita l'avete creata voi. Dove siete, chi siete, quello che avete o non avete, l'avete creato voi. Per come avete deciso di rispondere agli eventi che si sono presentati e per come avete deciso di impiegare il tempo, ogni giorno, per anni.

Ci sono solo due componenti, più di altre, che plasmano la vostra vita:

1. Come decidete di impiegare il vostro tempo: **le vostre azioni.**
2. Come decidete di rispondere agli eventi che vi si presentano: **le vostre reazioni.**

Queste due cose: come agite e come reagite, sono le due cose che più di altre hanno fatto di voi ciò che siete. E faranno di voi ciò che diventerete.

Fatevi queste due domande:

Come state impiegando il vostro tempo?

Come rispondete agli eventi che la vita vi presenta?

La risposta a queste due domande determina chi sarete domani. **Siete oggi il frutto delle decisioni prese ieri, sarete domani il frutto delle decisioni prese oggi. Dove vi porterà quello che state facendo tutti i giorni?**

Molte persone credono che il loro futuro sia uguale al loro passato. Credono di essere destinate a un certo tipo di vita, di sacrifici, di problemi, e che sarà sempre così. Il vostro futuro non è uguale al vostro passato. Anche perché nessuno conosce ancora il futuro. Ma una cosa è certa: il vostro futuro è limitato da come pensate al vostro presente e il vostro presente è limitato da come pensate al vostro passato.

Ogni giorno porta con sé una nuova fresca opportunità che ognuno di noi ha a disposizione. È ciò che decidete di farne che fa la differenza.

Le persone di successo affrontano ogni giornata e ogni problema che si presenta con l'immaginazione, per immaginare come possa essere un domani diverso e migliore. Le persone depresse usano la memoria, che li imprigiona costantemente al loro passato. In questo modo affrontano ogni giornata e ogni problema con gli occhiali del passato. Non c'è niente di male a ricordare, se questo vi aiuta a migliorare. Ma se ricordare vuol dire recriminare e incolpare, rimanere paralizzati per la paura di sbagliare, allora diventa un incubo.

*“L'uomo non è la creatura delle circostanze,
ma sono le circostanze la creatura dell'uomo.”*

Benjamin Disraeli

Le persone che progrediscono nella vita sono coloro che si danno da fare per trovare le circostanze che vogliono e, se non le trovano, le creano.

Sono in molti a credere di essere figli delle circostanze, il prodotto del caos. Ma il Signore, il Creatore ha sempre uno scopo quando crea, non fa le cose per caso. O per sbaglio! Sei troppo perfetto per essere uno sbaglio, per essere un incidente. Sarebbe come pensare che l'Enciclopedia Treccani sia il risultato dell'esplosione di una tipografia!

È destino che voi siate qui. Adesso, la cosa che dovete scoprire è perché. **Qual è il vostro ruolo, il vostro compito, il vostro scopo nella vita. Tutto ha uno scopo nella vita, nulla è qui per caso. Ognuno di noi è qui per servire a uno scopo, e il vostro compito è scoprirlo.** E con le decisioni che prendete ogni giorno, decidete se vi avvicinate alla verità o se vi allontanate da essa e, con essa, dalla vostra felicità, dalla vostra vera identità.

Inizierete a prendere decisioni migliori solo quando inizierete a focalizzare le vostre energie esclusivamente su ciò che è sotto il vostro controllo diretto. Ci sono cose che non potete controllare, come gli eventi esterni. E ci sono, invece, cose che potete controllare, come la vostra interpretazione di questi eventi. Non potete controllare gli eventi, perché non li avete scatenati voi, ma potete controllare il significato che decidete di attribuire agli eventi che accadono nella vostra vita.

La qualità della vostra vita è in funzione di quanto voi sentite di controllare gli eventi o quanto sentite che gli eventi controllano voi. Una strategia molto efficace è iniziare da oggi a distinguere tra ciò che potete controllare; ciò che potete solo influenzare; e ciò che invece potete solo accettare.

Potete controllare la vostra interpretazione degli eventi,

i vostri comportamenti, i vostri pensieri. **Potete influenzare** i comportamenti, pensieri e sentimenti degli altri. Li influenzate ma non li controllate. Mentre **dovete** imparare ad **accettare** tutto ciò che non potete controllare né influenzare, tipo le condizioni atmosferiche (sole o pioggia, giorno o notte, estate o inverno) ma anche il vostro passato. Il vostro passato non lo potete né controllare né influenzare, lo potete solo accettare. Imparate ad assolvervi dal vostro passato, vivrete più serenamente.

Questa preghiera vi aiuterà a ricordare meglio questo concetto: *“Signore, concedimi di accettare le cose che non posso cambiare, il coraggio di cambiare quelle che posso, la saggezza di riconoscere la differenza”* (Associazione americana alcolisti anonimi).

Ricordatevi: ognuno è artefice delle proprie fortune. L'uomo diventa ciò che pensa di essere. Se vi siete convinti di non poter fare nulla in merito alla vostra situazione, economica, sentimentale o di salute, sarà quello che otterrete: nulla. Ma se vi assumete la responsabilità di dove vi trovate in questo momento della vostra vita, nello stesso istante state riconoscendo che siete voi ad avere il controllo. Siete ritornati al posto di guida.

*“Non è ciò che ti capita a disegnare la tua vita e il tuo futuro,
ma ciò che decidi di fare con ciò che ti capita.”*

Anonimo

Per cui smettetela di guidare la vostra vita con lo specchietto retrovisore. Finirete per schiantarvi. È ora di guardare avanti. I ricordi sono come i sogni: si interpretano. Il passato lo dobbiamo usare solo per imparare cose utili, e ce ne

sono sempre. Chi non conosce la storia è costretto a riviverla. Quindi, imparate dal vostro passato ma mettete tutte le vostre energie nel presente.

Il presente è l'unico luogo dove potete agire. Il passato lo potete solo ricordare, il futuro lo potete solo immaginare, ma il presente lo potete plasmare. Ed è vostra e unica responsabilità plasmarlo come desiderate. Il presente è in mano vostra. La vostra vita è il risultato dei vostri pensieri, delle vostre parole e delle vostre azioni.

Avete ciò che avete, per le azioni che avete intrapreso. Volete risultati diversi? Una vita diversa? Allora agite diversamente!