

12) Abril/2016: Mudanças de Fala

Caros Leitores,

Vocês já ouviram alguma das seguintes frases?

1. Você nunca faz nada direito!
2. Deve haver alguma coisa errada com você.
3. Você teve o que mereceu.
4. Você só se preocupa com você mesmo.
5. Você é preguiçoso.
6. Você deve ser estúpido.
7. Você só causa problema.
8. Você se acha tão especial!
9. Você nunca vai ser nada na vida.
10. Você não escutou nada do que lhe disse.

Estas afirmações podem servir como profecias quando ditas às crianças, indivíduos com baixa autoestima, ou qualquer um que esteja em um dia ruim. Embora pareçam bem intencionadas, essas afirmações negativas que pretendem fazer com que uma pessoa se recomponha, tome conhecimento e melhore, fazem justamente o contrário. Quando ouvidas, essas declarações são transformadas em autoafirmações, que são mais ou menos assim:

1. Eu nunca faço nada direito.
2. Existe algo errado comigo.
3. Eu tenho o que eu mereço.
4. Eu só me preocupo comigo mesmo.
5. Eu sou preguiçoso.
6. Eu sou um estúpido.
7. Eu sempre causo problema.
8. Eu não sou nada especial.
9. Eu nunca serei nada na vida.
10. Eu nunca escuto o conselho de ninguém.

Uau, como em um passe de mágica, estas "bem intencionadas" declarações se tornam afirmações negativas que condicionam uma pessoa ao fracasso porque é isto o que ela está programando em seu subconsciente e é isto o que ele irá trazer através da repetição. Reconhecendo esta tendência das pessoas em internar comentários negativos, seria uma boa prática e um antídoto para os comentários venenosos se ao invés disto as pessoas aprendessem a ouvir as auto-afirmações positivas. Transformando as negativas em positivas nós podemos tornar o metal base em ouro. Esta é a real alquimia do sucesso. Você pode praticar ser um alquimista agora, transformando as 10 declarações acima em pepitas de outro. Eu vou ajudá-lo a começar: "Eu nunca faço nada direito", se transforma em "eu faço tudo direito!" Diga estas duas sentenças em alto e bom som. Qual delas lhe parece mais mágica? Agora, termine o resto. . .

Seja Seu Melhor Sempre,

Judy Williamson