

¿Es Momento Para Reinventarse Usted Mismo?

¿Estancado en una autoimagen negativa, en un trabajo aburrido que no le gusta o esta atado a la misma comida por costumbre? Si ha tenido momentos de depresión últimamente y siente que le hace falta la motivación para llegar a tener éxito, este es definitivamente el momento para darle un giro positivo a su vida. Al reinventarse usted mismo, puede darle la energía y el entusiasmo para afrontar la vida nuevamente de una manera positiva.

Aunque pueda no darse cuenta, probablemente en su vida usted ya se ha reinventado varias veces. Cada nuevo trabajo representa un cambio tan significativo en su vida que usted puede convertirse en una persona nueva cada vez. Casarse, divorciarse, tener hijos o el ver que ellos se marchan de su hogar, son algunos de los casos en que su vida se transforma y da cambios significativos. Sin embargo, hay veces que usted tiene que motivarse a ello, sin necesidad de hacer cambios extremos, para cambiar su vida completamente. Aquí encontrará seis maneras de tener tranquilidad y de reinventarse ahora mismo. A partir de este momento libérese de cualquier tristeza y tenga una vida plena.

1- Responda esta pregunta: ¿Quién soy yo?

Cada individuo juega diferentes papeles en la vida y una persona puede llegar a ser: madre, hija, nieta, abuela, esposa, tía, un empleado, un gerente, un amigo, un amante o muchos roles diferentes en un mismo día. Considere con cada una de este tipo de relaciones, como podría ayudarle a contestar este interrogante: "¿Quién son yo?". Esta pregunta va más profundo que las relaciones superficiales y papeles que jugamos. En un nivel espiritual, contestando esta pregunta, "¿Quién soy yo?" puede conducirle a un sentido mayor de paz y llegar a sentir una alegría interior.

2- Realize su sueño

Cada persona tiene sueños por realizar. Ahora podría ser el momento perfecto para reinventarse de nuevo y realizar su sueño. ¿Tal vez siempre ha querido aprender a pilotear un avión? Busque un libro de vuelo y comience su primera lección hoy. ¿Siempre ha querido escribir una novela? Comience a escribir a máquina su manuscrito. Independientemente de cual sea su sueño, realizarlo puede darle un gran sentido de satisfacción y alegría a su vida. Piense que es lo que realmente lo detiene y luego busque maneras de arrasar con sus miedos y realizar al menos uno de sus sueños este año

3- Comience una Nueva Afición

Si no puede dejar en este momento un trabajo que odia hacer por la situación económica actual, usted podría reinventarse de nuevo comenzando una nueva afición o hobby. Permítase el espacio cada día para disfrutar de su nueva afición, incluso si es solamente por media hora. Si no quiere comenzar una nueva afición, piense en tomar un curso de algo que este interesado en aprender. Las nuevas habilidades podrían conducirle a soñadas oportunidades en el futuro y mientras tanto, hace algo positivo que usted disfrutará.

4- Consiga un nuevo Guardarropa

Nadie lo dice, pero sabemos que nos gusta tener ropa nueva. Antes de que vaya de compras, revise su guardarropa y clasifique que piezas usted quiere conservar. Mire el estilo de ropa que actualmente tiene y piense en el mensaje que su guardarropa dice con respecto a lo que usa. Ahora piense en lo que usted quisiera expresar usando ropa nueva. Cuando vaya de compras, intente probar nuevos estilos y colores diferentes. A veces llevando una combinación de colores, podría mejorar su día y hacerse sentir especial. Esté dispuesto a intentar un look diferente y vera que si puede reinventarse de nuevo superando cualquier tristeza.

5- Hazte un nuevo corte de cabello

Esta es una manera fácil de reinventarse de nuevo. Un nuevo peinado le dará la confianza inmediata y un empujón a su amor propio, sobre todo cuando se encuentre con personas que comentarán de su nuevo look. Diríjase a su peluquero y observe que estilos favorecen su rostro.

6- Ponte nuevas metas

Usted no tiene que esperar hasta el año nuevo para tener un nuevo objetivo. Piense en algo que usted realmente quiere alcanzar y luego dé los pasos para obtener recursos para realizar su nuevo propósito. El ajuste de objetivos mensuales le ayudará a enfocarse en algo positivo cada día y le permitirá celebrar muchos éxitos a lo largo del año. Cada mes, dese un incentivo por haber alcanzado el propósito del mes.

Es fácil reinventarse de nuevo para ser una persona más feliz, más confidente y acertada. Un nuevo estilo de vida, un nuevo peinado y nuevos objetivos pueden ayudarle a realizar sus sueños