

لماذا لا تتحسن حياتك؟.. السبب بسيط

يرضى الإنسان عادة بما يملك وبما يتوفر لديه حتى ولو كان ذلك لا يجلب له السعادة. وعندما يصل الأمر إلى اتخاذ القرارات الهامة، تراه يتذبذب ويصعب عليه ترك النقطة المعتادة. نحن نتظاهر بداية الأمر بأننا نوزن الإيجابيات والسلبيات، ولكن في الواقع تدير تصرفاتنا دوافع أقل عقلانية. كم مرة فقدت الأمل ووفقت عاجزا؟ وكم مرة أخرست صوتك الداخلي؟ وكم مرة كنت تغير رأيك قبيل اللحظات الحاسمة؟ وكم مرة شعرت بالإحباط والفشل؟ لا شك أن كل ذلك حصل مع كل منا مرات عديدة. في الواقع، المهم فقط، كم مرة شعرت بالأسف لأنك لم تبتد الحزم والإصرار.

ما الذي يعيق تصرفاتنا ويدخلنا في حالة الذهول؟ إنه الخوف، نخاف أن نرفض ونخشى الإدانة والتأنيب ونخشى التحدث بصراحة وقول الحقيقة. ونخشى الخروج من منطقة الارتياح. نخشى ترك العمل على الرغم من كرهنا لهذه المهنة المقيتة ونخاف الوقوف ضد الحشد والجمهور على الرغم من عدم الموافقة معه. ونخشى البدء بنشاط جديد بل وحتى نخشى الإفصاح عن مشاعرنا لمن نحب ونخشى إقامة العلاقات ونخشى تحمل المسؤولية ونخشى إمكانية الخطأ. نحن دوما نفتقد الثقة في أنفسنا ونعتقد أن معارفنا لا تكفي لتحقيق النجاح. نحن ننحرف وراء الخوف ونرفض منح أنفسنا الفرصة حتى قبل أن نجرب ذلك. في نهاية المطاف يتحول المرء إلى عدو لنفسه. كم من الأفكار الجيدة لم ترطيقها إلى النور بسبب خوفنا الغبي من أن الناس لن تفهمنا. وكم من الطموحات لم تنفذ لخوفنا من التعرض للفشل. الخوف يجبرنا، وبكل ما في هذه الكلمة من معنى، على العيش حياة مملة رمادية لا معنى لها. يقول ليس براون: "هناك الكثير من الناس لا يعيشون وفقا لأحلامهم لأنهم يعيشون ضمن مخاوفهم". من نافل القول إن شعور الخوف يشمل كل البشر ولكن فقط الذين يتمكنون من التغلب عليه، يعيشون فعلا بسعادة ويحققون النجاح تلو الآخر في كل الأمور. يمكنك قراءة عشرات الكتب ومئات المقالات حول كيف يمكن أن تحقق أهدافك وتعيش بسعادة ولكن يمكن اختزال كل ذلك في كلمة واحدة فقط هي: "تغلب على مخاوفك".

المصدر: روسيا اليوم.