

Félig üres, vagy félig teli a poharad?

Félig üres, vagy félig teli a poharad?

Tudom, hogy májra kárz hely mágsem tudok ennél jobb megkérdezést találni az egyik leggyakoribb gondolkodási hibára. Tisztában vagyok vele, hogy sokan vannak rendkívül nehéz helyzetben akár anyagiakról, akár egészségük, akár párkapcsolatukról legyen szó. Egyáltalán nem gondolom, hogy a súlyos problémákat természetükben megoldani a pozitív gondolkodás, sőt biztosan tudom, hogy kemény munkára és komoly kitartásra van szükség a nehézségek elhárítására.

Nem tudom megkeresni a köröket, amibe újra és újra belefutok

Akár itt a BLOG hozzászólások között, akár levélben vagy személyes találkozás alkalmával. Gyakran kapok köröket, sőt sokszor tájékoztatást olyan olvasóimról is, akik az ittlagosnál komolyabb nehézségekkel küzdenek a mindennapjaik során.

Ezekből a megkeresésekből számomra sokszor az szóródik ki, hogy hajlamos vagyok elbagatellizálni a problémákat és kizárólag egy részesben jelenben élek, ahol elegendő egy-két pozitív gondolat és máris minden probléma megoldásra megoldódik. Pedig ez egyáltalán nem így van.

Ami szerintem a legnagyobb félreértést okozza az a problémák megkérdezése. Egyáltalán nem mindegy, hogy gondokat és problémákat látsz magad előtt, amik ellehetetlenítik az életet, vagy kívánásokat látsz amik megoldásra várnak, és érdemes dolgozni. Félig üres, vagy félig tele a poharad? A két látszólagos 180 fokos különbség van.

Amikor fáj a fejed...

Akkor kizárólag problémákkal van tele a fejed, amiket kifogásolhatsz fel, hogy megmagyarázd miért nem vagy képes vagy változtatni az életeden. Azt kell, hogy mondjam, hogy ez egy társadalmi probléma is egyben. Egy olyan közegben nevelkedtél, ahol mást sem láttál, mint, hogy a férfialakú emberek mindig másokat és a férfialakúakat okolják a nehéz helyzetért, eltolva ezzel magukra minden felelősséget is arra nézve, hogy a kezükbe vegyék az irányítást és elkezdenek dolgozni a megoldáson.

Amikor fáj a fejed, akkor a fejedet csak gondok és problémák tartják ki. Ami a fejedben van, az hamarosan az életben is megjelenik, így még visszaigazolást is kapsz a világtól, hogy tulajdonképpen igazad van. A világ egy "rossz" hely, de erről nem te tehetsz és nincs lehetőséged változtatni a férfialakúakon, ez most már irremekkedő lesz. A folyamat természetesen infenntartás, hiszen a férfialakúak hatására még inkább a gondokra és problémákra fókuszálsz, ezért azok még inkább elvesznek a tudatodban.

Amikor fáj a fejed...

Akkor nem gondok és problémák tartják ki a fejed, hanem feladatok és kihívások, amiknek a megoldásán érdemes dolgozni. Amikor megoldandó feladatokat látsz problémák helyett, akkor vállalod a felelősséget annak, hogy hatással vagy az életre és képes vagy megtenni a szükséges lépéseket. Ha a neveléssel nem is szembesít magad szemlét, akkor is képes vagy változtatni, ami akár az első tudatos döntésed is lehet a felelősségvállalás felé.

Amikor fáj a fejed akkor a fejedet az álmaid és a céljaid tartják ki. Folyamatosan terveket készítesz az életre és a feladatok megoldására és minden nap teszel legalább egy picit a céljaid érdekében, hogy a fejed egyre inkább tele legyen és ha mégis kiáll, akkor hamarosan újra tele legyen. Az írás, vagy fáj a fejed teli pohár szímodra egy kihívás. Azt jelenti, hogy folyamatos fejlődésre, folyamatos munkára és kitartásra van szükséged. Semmilyen probléma, gond, vagy nehézség nem akadályozhat meg abban, hogy a céljaidat megvalósítsd.

Neked fűlig Á¼res, vagy fűlig teli a poharad? Neked problűműid Ős gondjaid vannak, vagy Őlmaid Ős cűljaid?Ő

A dűntűs a te kezekben van!