

نظرتك للحياة تشكّل واقعك



«نحن نرى العالم ليس كما هو بالفعل لكن نراه وفقاً لما نحن عليه.

«استجابتك للأحداث هو ما يجعلك سعيداً أو تعيساً.. محطوطاً أو منحوساً».

حين أتذكر كلّ ما مرّ حولي، وكلّ حدث مررت به، أدركت بأنّ كلّ حدث سواء كان جيّداً أو سيئاً ليس السرّ، لكن السرّ يكمن في رؤيتنا وتحليلنا للمواقف والتجارب، هو ما يبني نظرتنا نحن، وكلّ المواقف والأحداث يتعلّق بنظرتك أنت، فأنت مَن تحدّد ما يحدث بداخلك وذلك بإدراكك ومفهوميك للحياة ولنفسك، حين أتذكر كلّ المواقف والأحداث التي مررت بها أكتشف في النهاية بأنّك أنت مَن تحدّد رؤيتك... طبقاً لنظرتك الذاتية.

علينا أن نغيّر نظرتنا للأُمور حتى يتغيّر إدراكنا وبالتالي واقعنا، فلا يوجد شيء جيّداً أو سيئاً، لكن نظرتنا فقط هو ما يحدّده..

نظرتنا لما يحدث معنا هي التي تحدّد موقفنا، واستجاباتنا لما يحدث والطريقة التي نراها من وجهة نظرنا، وكيفية التعامل مع المواقف والأحداث تحدّد الطريقة التي نرى بها أنفسنا.. فسلوكنا وتصرفاتنا ينبع من خلال تعاملنا مع الأحداث بمنظورنا وبالتالي يشكّل واقعنا من خلالها.

فالنظرة الذاتية تتعلّق برؤية المواقف والتجارب بوضوح، فكلّ منّا لديه اختلاف في إدراكه، ومن حيث وجهات النظر التي تختلف من إنسان لآخر، وكلّ منّا لديه ميل فطري للنظر للأُمور سواء من البقع العمياء أو البيضاء.

فهناك مَن يرى المواقف والأحداث التي تمرّ به من خلال عيون الخوف وهناك مَن يراه بعدسات الفرسة.

فكلّ منّا لديه نافذة ذات زجاج ملون نرى من خلالها كلّ شيء، فإذا كانت نافذتك مليئة بالفوضى، فقطعاً ستصبح نظرتك للحياة فوضوية، وإذا كانت نظرتك للحياة منظّمة فستصبح نظرتك للعالم منظّمة، فما يعوقنا في الحياة ليس المواقف والأحداث الخارجية لكن نظرتنا الداخلية للتفكير والطريقة التي نتصرّف بها في وجه تلك المواقف والأحداث هو ما يشكّل عالمنا..

فكلّ موقف وكلّ حدث يحدث معنا سواء في ما يتعلّق بالحياة الشخصية أو الحياة العملية والطريقة التي نستجيب بها للأحداث هو الذي يعطي انطباع عن أنفسنا..

فكلّ حدث وكلّ موقف تعطيهما الحياة هي بمثابة هدية لنا لمساعدتنا علي النمو والتعلّم وعلينا أن ننظر للهدية باعتبارها رسالة من الله لنا، وأن ندرك الرسائل الخفية بداخلها، وأن أيّ حدث يكمن بداخله العبرة، سواء كان جيّداً أو سيئاً..

فالنظرة الذاتية للإنسان هو ما يحدّد موقفه من الأحداث، أنت من تحدّد؟ وأنت من تختار؟ فلديك حرّية الاختيار.

تلك النظرة الذاتية هو ما يحدّد سلوك المرء ويوجه عن طريقها تصرّفاتة وبالتالي بناء واقعه.. فالنظرة الذاتية هي المفتاح لشخصية الإنسان وسلوكه، فكلّ تصرّفاتك وإحساساتك وسلوكك وحتى قراراتك دائماً، ما تكون طبقاً لنظرتك الذاتية..

فما يحدث حولنا ليس المهمّ ولكن المهمّ نظرتنا، وهو ما يبني للإنسان رؤيته..

فمهما ألقّت علينا الحياة من أحداث فنحن مسؤولون عن طريقتنا في الاستجابة لها..►