المثالية.. العائق الصامت في طريق الإنجاز!



القاعدة التي تبدو لأول وهلة غير منطقية، أثبتت فعاليتها في تقليل التوتر وتجاوز شلل الكمال الزائد.

"جيلبو"، الذي زار جميع دول العالم قبل بلوغه سن الخامسة والثلاثين، وسبق أن نشر كتباً حققت مبيعات تجاوزت المليون نسخة، أوضح أن هذه القاعدة لا تعني الإهمال، بل التحرر من وهم الكمال.

يُشير "جيلبو" إلى أن السعي الدائم للإتقان الكامل قد يقود إلى الإحباط والتردد، وهو ما يمنع الكثيرين من اتخاذ أي خطوة فعلية، ووفقًا لما أورده في كتابه الجديد "قلق الوقت"، فإن الناجحين لا يضعون طاقتهم الكاملة في كل شيء، بل يختارون المعارك التي تستحق الجهد الحقيقي.

وتعود فكرة هذه القاعدة إلى منشور للناشطة القانونية هيرون جرينسميث، التي كتبت: "الفن؟ أنجزه بشكل سيئ. الواجب؟ سلّمه حتى لو لم يكن مثاليًا. تواصل مع صديق؟ أرسل له رسالة بدلاً من الاتصال إذا كان ذلك أسهل".

نماذج عملية لتطبيق القاعدة

استعرض جيلبو عدة أمثلة لتطبيق هذه الفكرة:

- إذا شعرت بالإرهاق من تنظيف المنزل، خصص 10 دقائق فقط لأكثر الأماكن إزعاجاً ثم توقف.

- إذا كنت متأخراً في أداء المهام الدراسية، قدّم ما أنجزته حتى لو لم يكن ممتازاً.

- تراكمت الرسائل؟ احذف القديم وابدأ من جديد دون الشعور بالذنب.

- لم ترد على مكالمة؟ لا بأس، استأنف التواصل لاحقاً إن لزم الأمر.

الهدف هو التحرر من ضغط الكمال، والانتقال إلى حالة ذهنية أكثر مرونة تسمح بالتحسن مع الوقت.

ويختم "جيلبو" بأن تطبيق هذه القاعدة لا يعني الاستخفاف بالمسؤوليات، بل يمنحك مساحة أكبر للتركيز على المهام ذات القيمة الحقيقية، "عندما تتخلص من الهوس بالكمال، يصبح بإمكانك إنجاز الأفضل في الأمور التي تستحق الأفضل".