

БУДЬТЕ ТЕРПЕЛИВЫ ПО ОТНОШЕНИЮ К СЕБЕ*

С. Павлина

Терпение – одно из самых главных качеств, которое вы должны развить у себя, если вы заинтересованы в своем росте, кроме того, эту черту характера выработать у себя очень сложно.

Допустим, вы определились с тем изменением своей жизни, которое вы бы хотели произвести. Разве не было бы замечательно просто щелкнуть пальцами, и желанное изменение появилось бы в вашей жизни. К сожалению, очень редко бывает все так просто, несмотря на то, что говорится в рекламе.

Я помню, когда мне было немного за 20, я бывало часто после прочтения какой-нибудь новой книги по определенной теме, заряжался энтузиазмом и хотел тут же применить все методики, изложенные в книге. Это могла быть одна из книг по технике визуализации (из НЛП) или книга о том, как начать собственное дело, или о правильной постановке целей. Я, бывало, думал: «Ух, ты...это именно то, что я и искал. Очевидно, автор достиг определенных результатов с этой методикой ... я должен применить эту методику немедленно». После этого я начинал думать о состоянии нирваны в области личностного развития, мечтал о том, как все мои проблемы мгновенно исчезнут, и о том, как я смогу совершить истинный «квантовый скачок» за один вечер применения методики.

Конечно, мы все знаем, что происходит в таких ситуациях, не так ли? Хотим как лучше, а получается как всегда. Вы расходуете много энергии, чтобы приняться за новое дело. В очень редких случаях вам, может, удастся достигнуть маленького прорыва в деятельности, но это скорее исключение, чем правило.

* Материал взят с сайта (блога) www.stevepavlina.com Перевод: Балезин Дмитрий. Текст на русском: http://www.psylive.ru/articles/7772_stiv-pavlina-budte-terpelivi-po-otnosheniu-k-sebe.aspx

Почему изменения происходят сложно?

Обычно, мы не ожидаем быстрых и легких изменений в окружающей нас среде. Построить дом – сложно. Создать бизнес – сложно. Даже родить ребенка – сложно, если, конечно, вы не мужчина.

Когда мы имеем дело с изменениями в физическом мире, мы уже понимаем то, что нам необходимо терпение. Мы не думаем, что новый дом или бизнес возникнет за вечер, или что ребенок родится в течение одного дня с момента зачатия. Поэтому хорошо бы спросить себя: «Почему мы ожидаем, что изменения личностного характера будут простыми?»

Большой частью этой проблемы являются ошибочные ожидания, которые прививаются нам рекламой и книгами по саморазвитию. Новые книги, аудио-программы и семинары обещают сделать нас успешными за один вечер, обещают решить все наши проблемы, если мы просто вывернем свои карманы. Под этим лозунгом легко продавать, так как мы были бы рады поверить в это. Поэтому действительной проблемой является наше стремление к выгоде, что часто работает против нас.

Единичный образовательный продукт обещает положить мир к вашим ногам. Вы покупаете его, вкладываете много времени в него и получаете нулевой результат. В конечном счете, если вы повторите такие действия достаточное количество раз, вы будете измучены и изнурены самой идеей персонального развития. Не удивительно, что столько людей считают идею личностного роста и развития бессмысленной. Если вы верите во все то, что говорят вам рекламодатели, в ту «пыль в глаза», которую они пускают, то действительно, реальность будет смотреться довольно-таки бледно.

