

8 Efecte dezastruoase daca NU ne deschidem mintea!



Gandirea rigida este ingustarea traiectoriei unui gand doar din planul experientelor tale avute.

Tu ai adunat o serie de experiente, insa daca le-ai pune la un loc cu ale altor oameni si ai putea sa vezi din punctul fiecaruia de vedere, vei avea orice solutie la orice problema.

Oamenii au probleme pentru ca privesc DOAR din punctul lor de vedere, din rigiditatea valorilor si crezurilor interioare, pe care, culmea, le adora.

Depresia, de exemplu, este o tristete prelungita. Este suma suferintelor la care nu am avut solutii. O suferinta de azi solutionata alunga tristetea care duce la depresie maine.

Momentele de **iritare, frustrare, suparare, anxietate sunt valori copiate de la altii** si daca am trait printre ei, am invatat ca prin ele se pot solutiona treburi de viata.

Acest mod complet eronat ingusteaza posibilitatea de a gasi ALTE solutii la conflictele de viata.

Conflictele pe care o oamenii le au sunt indicatii ca unul sau mai multi dintre ei sunt limitati la a privi din punctul lor de vedere. O relatie fara conflicte interioare, ci doar exterioare, inseamna o maturitate emotional-mentala.

Uite cateva efecte pe care observatiile si cercetarile mele le-au inteles despre cei care tin prea mult la valorile si crezurile lor:

1. vor trai in conflict cu ei insisi pana se va trezi altul sa le dea dreptate - pierdere de timp;
2. vor crede ca parerea lor este mai buna - vor avea putini prieteni;
3. vor vorbi mai mult despre ei, decat vor intreba - se vor plictisi altii sa asculte;
4. vor avea gandiri opuse constant, Bine-Rău - vor avea valuri de dispozitie si nestatornicie;
5. vor fi influentati de cei cu gandire fara pierderi de dispozitie - lipsa de control si autoritate
6. vor astepta mai mult decat vor oferi - suferinta in zadar;
7. vor vedea in conflicte solutii pentru problemele lor - se pot apropia mai repede de boli;
8. vor judeca constant ce se intampla cu altii si nu se vor vedea pe ei - pierdere de timp.

Gandirea rigida este o usa prin care toti trecem. Ne ajutam de altii ca sa vedem si celelalte usi din camera vietii unde traim. Unii dintre noi se vor pune intr-un colt sa plângă, iar altii vor deschide toate usile sa vada ce alte posibilitati sunt!

Vezi acest film:

Ramai cu bine!