

شيئاً يندم عليها المرء في حياته 13



الحياة مألوفة بالخيارات، وكثير من هذه الخيارات لا يمكن التنبؤ بنتائجها. كما لا يمكننا أبداً معرفة ما كان قد سيحدث في حال كان اختيارنا مختلفاً. جميعنا سيصادف في حياته فرصاً يندم عليها وعلاقات فاشلة وفرصاً ضائعة وقرارات تفتقر للحكمة.

بعض الخيارات تبدو سهلة في البداية، لكنها بعد ذلك تتحول إلى كارثة، في حين أن بعضها الآخر يبدو صعباً في البداية. وفي المقابل هناك أشياء تتحسر عليها بشدة لأن نطاق تأثيرها في حياتك واسع.

هناك مجموعة كبيرة من الأشياء التي قد تندم على عدم فعلها في حياتك نذكر منها التالي:

1. **الندم على عدم قضاء المزيد من الوقت مع الأشخاص الذين تحبهم:** من السهل جداً أن نجعل الوقت يفلت من أيدينا، لكن بمجرد أن ينقضي الوقت، لا يمكن أن تعيده مرة أخرى.
2. **الندم على التوجس والقلق بشدة:** القلق منبعه التفكير بالأشياء التي لا نريدها ونخاف منها.
3. **الندم على عدم مسامحة الآخرين:** يلزمك أن تكون شخصاً قوياً لتقول «أنا آسف»، وأن تتحلى بقوة أكبر.

- لتسامح... سامح ودع الأمور تأخذ مجراها. حرر نفسك من الأحقاد وتمتع بالسعادة بدلاً من هدرها.
4. **الندم على عدم الدفاع عن نفسك:** لا تسمح لأحد أن يخيفك أو يسكتك. لا يوجد في العالم من هو أكثر أهمية منك، فالجميع متساوون.
5. **الندم على عدم عيش حياتك الخاصة:** اقض وقتك في إنجاز وفعل الأشياء التي تريد تحقيقها.
6. **الندم على عدم الصدق:** في حال لم يكن الصدق عادة متأصلة فيك، فإن الكذب سيسيطر على حياتك.
7. **الندم على عدم الموازنة بين العمل والحياة الشخصية:** العمل باستمرار في مجال لا تحبه لن يضيف لك شيئاً. سوى التوتر والإجهاد، وحتى لو كنت تحب عملك، عليك مراعاة الموازنة بين حياتك المهنية والشخصية.
8. **الندم على الاهتمام كثيراً بما يقوله الآخرون عنك:** توقف عن هدر وقتك في التركيز على ما يقوله الناس عنك.
9. **الندم على عدم الثقة بالنفس:** ترتبط هذه النقطة بالتي سبقتها، فالكثير منا يندمون على عدم التحلي بالثقة الكافية. والسماح لآراء الآخرين أن تؤثر فيهم.
10. **الندم على عدم العيش بكامل إمكاناتك:** ارتق لمستوى تطلعاتك الشخصية، ولا تتدن لمستوى تطلعات الآخرين. لا توجد متعة في الاستقرار عند مستوى حياة أقل من المستوى الذي تستطيع الوصول إليه.
11. **الندم على عدم مواجهة مخاوفك:** الحياة موجودة بين أعماق رغباتك وأعظم مخاوفك. تذكر أن الخوف هو شيء مؤقت، لكن الندم يدوم إلى الأبد.
12. **الندم على ملاحقة الأشياء الخاطئة:** عندما تترك الأشياء الخاطئة، ستمنح الأشياء الصحيحة فرصة لتباعدك.
13. **الندم على عدم عيش اللحظة:** أسد لنفسك معروفاً، واجعل هذا اليوم يستحق تذكره.