

IZKĻŪT NO IEBRAUKTĀM SLIEDĒM

Autors: Dr. Riiks Vorens

Ir viegli darbā iekļūt grambā – iesprūst vienā un tajā pašā vietā, darot to pašu lietu, uzņemoties to pašu atbildību. Tas var kļūt komfortabli, jo rutīna ir tik pazīstama. Un izmaiņas var būt grūtas, jo tās sevī ietver došanos nezināmā. Bet palikt grambā ir bīstami. Kā humorists Vīls Rodžers mēdza teikt, „Pat ja jūs esat uz pareizajām sliedēm, jūs sabrauks, ja jūs tur vienkārši sēdēsiet.”

Kas ir nepieciešams, lai atkal sāktu kustēties, kad jūs sevi atrodat iestigušu šādā grambā. Lielākajai daļai cilvēku ir trīs kopīgi dzinuli izmaiņu ieviešanai, vai nu viņiem tas patīk, vai nē:

SĀPES – Sāpes, jebkurā to formā, var motivēt mūs meklēt izmaiņas. Bieži mūs izkustina nevis *gaismas redzēšana*, bet gan *karstuma izjušana*.

SPIEDIENS – Mēs izjūtam spiedienu, kad ārsts mums dod sliktas ziņas, „Zaudē 50 kg no svara, vai mirsti”, vai arī priekšnieks saka, „Uzlabo savu sniegumu, vai arī tiks atlaidīts.” Problēma ar spiedienu kā motivētāju ir tāda, ka tas neilgst ilgi. Kad spiediens atslābst – problēma ir labota, vai krīze ir kaut kā atrisināta – jūsu motivācijai pienāk gals. Šķiet, ka pasaulē viss ir kārtībā, un jūs varat atsākt iepriekšējo dzīvi.

PERSPEKTĪVA – Perspektīva rodas, kad jūs esat spējīgs redzēt pilnu attēlu, vai arī, kad jūs dziļi iedvesmo izaicinoša vīzija vai nolūks. Perspektīva parādās, kad jūs saprotat, ka izniekojat savu potenciālu, izniekojat daudzsoļošas iespējas, kas jums radušās.

Bet mums nav jāgaida, kamēr mēs pēkšņi saņemam motivāciju ko rada sāpes, spiediens vai perspektīva. Kā mums atgādina Bībele, „*Kas nepārtraukti novēro vēju, tas netiek pie sēšanas, un, kas vienmēr raugās uz padebešiem, tas netiek pie ražas ievākšanas.*” (Salamans mācītājs 11:4).

Šeit ir četri soļi izkļūšanai no grambas:

- 1. Uzņemieties atbildību par savu dzīvi:** Atsācieties būt Attaisnotājs (racionalizējot savas neizdošanās) vai Vainotājs (vainojot citus par savām neveiksmēm). Tā vietā, esiet Izvēlētājs un izvēlieties tikt ārā no grambas, kurā atrodaties.
- 2. Ticiet, ka jūs varat:** Beidziet teikt *es nevaru* un sāciet sacīt *es varu*. Kad jūs sākat tā sacīt, jūs varat būt pārsteigts atklājot, ka tiešām varat.
- 3. Noskaidrojiet, ko īsti gribat:** Uzrakstiet, kā specifiski jūs vēlētos mainīties vai redzēt izmaiņas.
- 4. Negaidiet ideālos apstākļus:** Beidziet teikt „Es to kādu dienu izdarīšu, kad lietas kļūs nedaudz mierīgākas.” Dariet to tagad! „Viena no šīm dienām” ir patiesībā *NEVIENA* no šīm dienām

Riiks Vorens (Rick Warren) ir autors augstu novērtētai grāmatai – bestselleram “Gribas vadīta dzīve” (The Purpose-Drive Life), kura tulkota daudzās valodās un tiek pārdota visā pasaulē. Tā apliecina to cik svarīgs ir rūpīgi apdomāts, skaidri izteikts nolūks kā vadlīnija katrai dzīves dienai.

CBMC – LATVIJA : Dainis Šmits, vadītājs (e-pasts: Dainis.Smits@europartners.org)
Lai reģistrētos uz regulāru Pirmdienas mannas saņemšanu sūtiet pieteikumu uz Manna@cbmc.lv
Latviešu valodas tulkojums CBMC-Latvija, Copyright 2009 / www.cbmc.lv.
Andris Ozoliņš, jauniešu koordinators (e-pasts: Andris@celer.lv)

CBMC INTERNATIONAL: Robert Milligan, President
1065 N. 115th Street, Suite 210 • Omaha, Nebraska 68154 • U.S.A.
TEL.: (402) 431-0002 • FAX: (402) 431-1749 • E-MAIL: mmanna@cbmcint.org
Web site: www.cbmcint.org Please direct any requests or change of address to: nbrownell@cbmcint.org

Jautājumi pārdomām/diskusijai

1. Brīdi padomājiet par savu dzīvi. Vai jūs esat iestidzis grambā, paliekot tajā pašā vietā, darot lietas tieši tāpat, uzņemoties tos pašus pienākumus, ar minimālām izmaiņu iespējām redzamajā nākotnē? Ja tā, vai jūs esat ar mieru palikt savā grambā? Kāpēc vai kāpēc nē?
2. Kad jūs sastopaties ar izmaiņām, kāda ir jūsu tipiskā reakcija – vai tās jūs biedē, liekot jums tām pretoties, vai arī jūs tās sagaidāt ar atplestām rokām? Paskaidrojiet savu atbildi.
3. Kādas ir visnesenākās lielās izmaiņas, ko esat pieredzējuši – vai jūs tās uzsācāt, vai arī jums to lika darīt citi faktori, tādi kā sāpes vai spiediens?
4. Cik izpalīdzīgi, jūsuprāt, ir četri soļi, kurus Rihs Vorens iesaka izklūšanai no grambas? Kurš, ja vispār kāds, jums liekas visīstenojamākais jums – vai kādam jums tuvam cilvēkam, kam nepieciešamas nopietnas izmaiņas?

Piezīme: Ja jums ir Bībele un jūs vēlaties lasīt vairāk par šo tēmu, lasiet :

1. Laiku 12:32; Jesajas 41:10; Jeremijas 29:11; 2. Timotejam 1:7; Ebrejiem 12:26-29