

HAYATTA 90/10

Hayatın %10'u, sizin başınıza gelenlerden oluşur. Hayatın diğer %90'ı ise sizin bu başınıza gelenlere nasıl davrandığınızla gelişir.

Ailenizle kahvaltı yapıyorsunuz. Kızınız, kahve fincanına çarpıyor ve bir fincan kahve gömleğinizin üzerine dökülüyor.

Biraz önce olan olay üzerinde hiç bir kontrolünüz yok. Sonradan olacaklar ise sizin davranışınıza göre belirlenecek.

Lanet ediyorsunuz. Kahveyi üzerinize döktüğü için kaba bir şekilde kızınızı azarlıyorsunuz. Kızınız üzülüyor ve ağlamaya başlıyor. Kızınızı azarladıktan sonra eşinize dönüyor ve kahve fincanını masanın kenarına çok yakın koyduğu için eleştiriyorsunuz. Bunu kısa bir sözlü tartışma takip ediyor. Öfkeyle üst kata çıkıyor ve gömleğinizi değiştiriyorsunuz. Aşağıya indiğinizde kızınızı, ağlamaktan dolayı kahvaltısını bitirememiş ve okul için hazırlanamamış bir halde buluyorsunuz. Kızınız otobüsü kaçırtıyor. Eşinizin ise gitmek için hemen çıkması gerekiyor.

Hemen aceleyle arabanıza koşuyorsunuz ve kızınızı okula bırakmak üzere hareket ediyorsunuz. Geç kaldığınız için, saatte 30 mil hız sınırlaması olmasına rağmen saatte 40 mil hızla gidiyorsunuz. 15 dakikalık gecikmeden ve hız limitini aştığınız için ödediğiniz 60\$ trafik cezasından sonra okula ulaşıyorsunuz. Kızınız size "Hoşça kal" demeden binaya koşuyor. Ofise 20 dakika gecikmeyle geliyorsunuz ve evrak çantasını evde unuttuğunuzu anlıyorsunuz.

Gününüz korkunç bir şekilde başladı! Devam ettikçe, kötüleşiyor, daha da kötüleşiyor sanıyorsunuz. Eve gitmeyi dört gözle bekliyorsunuz. Eve ulaştığınızda eşiniz ve kızınızla olan ilişkilerinizde araya sıkıştığınızı sanıyorsunuz.

Neden?

Sabahleyin nasıl tepki verdiğinize bağlı olarak!

Neden kötü bir gün geçirdiniz?

- A) Kahve sebep oldu
- B) Kızınız sebep oldu
- C) Polis sebep oldu
- D) Siz sebep oldunuz

Cevap "D" şıkkı. Kahvenin dökülmesinde sizin bir kontrolünüz yoktu. Sizin gününüzün kötü geçmesine o 5 saniye içindeki davranışlarınız sebep oldu.

Olabilecek ve olması gereken ise şöyleydi. Üzerinize kahve sıçradı. Kızınız ağlamak üzere. Siz nazikçe "Tamam tatlım, bir dahaki sefere biraz daha dikkatli olman gerek" diyorsunuz. Havluyu kapattığınız gibi üst kata çıkıyorsunuz. Gömleğinizi değiştirip, evrak çantasını aldıktan sonra aşağıya iniyorsunuz ve aynı anda pencereden kızınızın otobüse bindiğini görüyorsunuz. Kızınız geri dönüp el sallıyor. Siz ve eşiniz ise gitmek için birlikte çıkmadan önce öpüşüyorsunuz. 5 dakika önce işe geliyorsunuz ve çalışma arkadaşlarınıza neşeli bir şekilde selam veriyorsunuz. Patronunuz ne kadar güzel bir günde olduğunuz hakkında konuşuyor.

Farka bakın! İki farklı senaryo. İkisi de aynı başladı. İkisi de farklı bitti.

Neden?

90/10 sırrı inanılmazdır! Çok azımız bunun farkındadır.

Sonuç?

Pek çok insan gereksiz yere stresten, dertlerden, problemlerden ve baş ağrısından acı çekmektedir. Bu sır nedir?

Hayatın %10'u, sizin başınıza gelenlerden oluşur. Hayatın diğer %90'ına ise sizin bu başınıza gelenlere nasıl davrandığınızla karar verilir.

İnsanlar anlamsız şeyler söyler ve yaparlar. İnsanlar hasta olurlar. Arabalar bozulurlar. Uçaklar geç kalır ve bütün planlarımızı alt üst ederler. Trafikte bir sürücü canımızı sıkabilir v.s. Bu %10'luk kısım tamamen bizim kontrolümüz dışında gerçekleşir. Diğer %90'lık kısım farklıdır. Diğer %90'lık kısmı siz belirlersiniz.

Nasıl?

Olaylara yaklaşımınızla! Nasıl tepki verdiğinize bağlı olarak.

Gerçekten olanların %10'unda hiç bir kontrolünüz yok. Diğer %90'ı ise sizin tepkinizle belirlenir.