

أسمع أن الناس يشعرون بالعجز والقهر بشكل ما. سواء كانوا متزوجين أو عذاباً، لديهم أطفال أو ليس لديهم يعملون أو لا يعملون، فإن إننا نشعر بأن قوائم الأعمال التي نعدّها للمستقبل تغمّرنا، والسرعة التي يتحرك بها كل شيء من حولنا وضرورة تحركنا بنفس السرعة حتى نستطيع التكيف معها ومسايرتها. ونحاول ألا نبالي كثيراً بصغائر الأمور، وتحاول أن تتأمل أو تمارس اليوجا، ولكن لا يبدو أن أيّاً من هذه الأشياء يفيد كثيراً. وهناك أسباب وجيهة لهذا الشعور؛