

### Ежедневная инвентаризация

Зачастую, когда мы анализируем каждый прожитый день, только пристальный и испытующий взгляд может выявить истинные мотивы нашего поведения. В таких случаях наш старинный враг под названием «рациональные объяснения» берет верх и начинает оправдывать поведение, которое на самом деле было неправильным. Возникает искушение поверить, что мы руководствовались благими причинами и намерениями, хотя на самом деле это было не так.

Мы «конструктивно критиковали» других людей, нуждавшихся в этом, хотя нашим истинным желанием было победить в бесполезном споре. Или же, если человек, о котором шла речь, отсутствовал на собрании, мы думали, будто помогаем остальным лучше понять его, тогда как на самом деле мы унижали его, чтобы почувствовать свое превосходство.

Мы ранили чувства тех, кого любили, так как считали, что «нужно преподать им хороший урок», но на самом деле хотели наказать их. Мы впадали в депрессию и жаловались, что нам плохо, а на самом деле требовали сочувствия и внимания к себе.