



چگونه مثبت اندیشی در رسیدن به موفقیت موثر است ؟

مثبت بودن

مسئله مثبت بودن خوش بین بودن و امیدوار بودن است. آدم های موفق مثبت هستند و خوشبین و امیدوارند.

مثبت و خوشبین و امیدوار به دو معنا نیست :

اولاً به این معنا نیست که فقط به جنبه مثبت توجه شود و یا فقط نیمه پر لیوان را دید . اصلاً چنین نیست .

آدم مثبت ، آدم خوشبین ، آدم موفق ، لیوانی را که آبی دارد می بیند و خوشحال است که در این لیوان آب هست می داند که نیمی از این لیوان پر است و توجه و تاکیدش روی پر بودن نیمه لیوان است و از این بابت هم احساس خوبی می کند اما همچنین می دارد که نیمه دیگر لیوان خالی است و می داند که چرا خالی است و می داند که چگونه باید آن را پر کرد و شروع میکند به پر کردن آن این مفهوم آدم مثبت و خوشبینی و امیدوار است.





اگر شما کسی هستید که فقط به نیمه پر لیوان نگاه می‌کنید دیر یا زود در زندگی ، در هر زمینه‌ای از پا در می‌آیید اگر در شغلی هستید حتماً با ورشکستگی روبرو می‌شوید.

برای اینکه معمولاً نه تنها ، مثبت بودن ، خوشبین بودن و امیدوار بودن لازم است بلکه در برخی از شغل‌ها کمی منفی بودن و بدبین بودن ولی همچنان امیدوار بودن نیز ضروری است . و گرنه از پا در می‌آیید چرا برای اینکه از 10 نفری که سراغ شما می‌آیند پنج نفر برای شما برنامه و طرح و نقش دارند و شناختن و شکستن همه آنها برای هر کس غیر ممکن است .

دوم اینکه امید واهی به مراتب از امید و ناامیدی ، اثر بیشتر و بدتری دارد یعنی روزی که شما در هوا هستید و یا روزی که شما به جای خوشبین بودن خوش هوا هستید ، در اصل باخته‌اید و یک تصویر و تصویری دارید که اگر کارها درست نشود حتماً از پا در می‌آیید و یا اگر فقط به جنبه‌های مثبت نگاه کنید تقریباً به هر فردی تا حدودی در چارچوب شما قرار بگیرد علاقه مند می‌شوید .

برای این که در کمترین انسان‌هاست که حتی در طی ده ، بیست ساعت اول آشنایی ده ، بیست چیز خوب را کشف نکند . اما اینها نیستند که زندگی را می‌سازند بلکه چیزهای دیگری نیز هستند که زندگی را می‌سازند اما چیزهای بد و منفی است که زندگی را ویران می‌کند همانطور که ممکن است هیچ جای بدن من اشکال نداشته باشد اما یک رگ قلب من بگیرد و من را بکشد و وقتی که چنین است ، ما نمی‌توانیم به جنبه‌های منفی توجه نکنیم.

خوشبین بودن

خوشبین بودن ، مثبت بودن و امیدوار بودن ، توجه و تاکید بر روی جنبه مثبت و خوب است . اما همچنان با خبر بودن از خطرها و جنبه‌های بد و منفی و آمادگی برای برخورد با آنها و در مسیر و در جهت تغییر آنها گام برداشتن است . در غیر این صورت خوش خیالی است و در رابطه با موضوعات و مطالب مهم دیر یا زود من و شما را با گرفتاری و مشکلات فراوان همراه خواهد کرد .



رضایت

بر اساس مطالعات علمی ، انسان اصولاً موجود راضی نیست.

مطالعه ۲۵ ساله‌ای که درباره خوشبختی شده یکی از جنبه های آن ، این است که انسان موجودی ناراضی است و دلایل فراوانی هم برایش وجود دارد و شاید این نارضایتی دلیل اصلی و اساسی حرکت انسان است که ساکت نشسته و جهان و طبیعت و خودش را آن گونه که بوده نپذیرفته و نپسندیده ، بنابراین ناراضی است . اما این نارضایتی باید برای من و شما انگیزه باشد و تعیین کننده جهت و هدف باشد و حتی به زندگی معنا و مقصود بدهد نه اینکه من و شما را به نق و ناله و نارضایتی و گله و شکایت یا سرزنش کردن و مقصر و گناهکار کردن دیگران بیاندازد ، چون در این صورت است که من و شما گرفتار خواهیم شد.

بنابراین اگر در کارها لذتی نیست ، اگر شادی نیست ، اگر حظ و کیفی نیست ، اگر خوشنودی و خرسندی نیست ، حداقل رضایت باشد.



درست مثل این که دوستی که آنقدرها به او نزدیک نیستید اما هم اکنون در بیمارستان است و کسی را ندارد و از آن تیپ بیمارانی است که مراجعه و مراجعین را خیلی دوست دارد و این موضوع برای او مهم است شما با وجود تمام گرفتاری ها وقتی را می گذارید و به سراغ او برای عیادتش می روید.

در اینجا با توجه به اینکه از کارهایی زده اید و نوع رابطه‌ای که با او دارید و شاید با این روابط راحت نباشید و شادی و لذت و حظ و کیف و خشنودی نداشته باشد اما می‌توانید رضایت خاطری داشته باشید و تا حدودی کار را به خاطر او و برای او انجام بدهید.



به عبارتی رضایت را باید در زندگی ، اینجا و آنجا پیدا کرد. مانند هنگامی که یک گلی را در خانه می پرورانید یا وقت و نیرو و انرژی خود را صرف پرورش و تعلیم و تربیت فرزندتان می کنید با وجود اینکه برای شما زحمت و دردسر و هزینه داشته و حتی برخی از اوقات توقع و انتظار آنها طوری بوده که آخر کار از دست شما بیش از دیگران ناراحت و ناراضی اند ، ولی حداقل رضایت خاطر شما در ارتباط با خودتان این است که بالاخره من کاری کرده ام.

منبع : دکتر هلاکویی