

بنام خدا

خیلے زود دیر مے شود

نویسنده : هدایت بهادر

وبسایت : changetime.ir

ایمیل : info@changetime.ir

خواهشمندم اگر مطالب این نوشته برای شما مفید بود حداقل با یک نفر به اشتراک بگذارید

خیلی زود دیر می شود

از این نترس که زندگی ات یک روز به پایان برسد از این بترس که هیچ موقع آغاز نشود

من محقق، روانشناس، یا جامعه شناس نیستم؛ ولی بعد از صحبت با بسیاری از افراد و گوش دادن به مشکلات آنها، و مواجهه با بسیاری از صحنه ها به این نتیجه رسیدم که بسیاری از دستاوردهایمان اشتباهند و این تصمیم را گرفتم که این مقاله را بنویسم. اولین نوشته ی این مجموعه را با مهمترین سوال زندگی شروع می کنم.

آیا شما تا کنون، این سوال بسیار مهم را از خود پرسیده اید و مهمتر از آن آیا سعی کرده اید به آن پاسخ بگویید؟ اما این سوال بسیار مهم چیست؟ سوالی که به عقیده بسیاری از اندیشمندان شاه کلید درب های بسته زندگی هر فردی است و این سوال مهم این است که

من کیستم؟

به جرات می توان گفت اساس بسیاری از مشکلات ما عدم پاسخگویی به این سوال است و همچنین سوال مهم دیگری که باید از خود بپرسیم اینست که ...

جایگاه من چیست و قرار است به کجا برسم؟ در واقع من از این دنیا چه می خواهم؟

باور کنید مهمترین حرکت زندگی هر انسانی پاسخگویی به این سوالات مهم است. چرا که با پاسخ گویی به این سوالات هدف انسان مشخص می شود و می داند که چه می خواهد. همه ما آن چیزهایی را که نمی خواهیم را خوب می دانیم اما نمی دانیم که چه می خواهیم و اساس مشکلات از همینجا شروع می شود.

زمان به سرعت در گذر است. بزرگترین سرمایه ی ما، با سرعت زیاد و با هر نفس دارد از دست ما می رود. سرمایه ی گرانبهای هر انسان، عمری است که خداوند در اختیارش قرار داده و با هر نفس یک واحد از آن، از ما پس گرفته می شود و تصمیم با خود ماست که چگونه از آن استفاده کنیم. آیا می خواهیم همانند بسیاری (تقریبا ۹۷ درصد) روالی رو به انقراض را طی کنیم و یا اینکه تغییر را پذیرفته و دنیا را طوری دیگر دیده و آن را برای خود و اطرافیانمان جایی بهتر برای زیستن کنیم (محمد پیام بهرام پور) اگر دوست ندارید جزو آن ۸۰ میلیارد نفر باشید به ادامه مطلب توجه نمایید

شاید برایتان جالب باشد وقتی بدانید که اکنون ۸۰ میلیارد نفر در زیر خاک در اعماق زمین خفته اند اما نکته جالب و قابل تأمل اینست که ما چند نفر از آنها را می شناسیم ؟ آثار چند نفر از آنها باقی مانده است ؟ آیا تاکنون از خود پرسیده اید هدفم از این تلاش ها چیست ؟ پس از این همه زحمت چرا تا کنون جایگاه اصلی خود را نیافته ام و چه زیبا شرح حال بسیاری از ما را حضرت مولانا بیان کرده است:

سالها ره می رویم و در مسیر همچنان در منزل اول اسیر

اما واقعیت اینست که بازگشت به گذشته به هیچ وجه امکانپذیر نیست در واقع با هر نفس از گنج گرانبهایمان کمی کم شد تا به لحظه حال رسیدیم درست است که ما بابت گذشته عمر گرانبهایمان را دادیم اما یک چیز با ارزش هم دریافت کردیم و آن هم تجربه هایمان است که باید مانند یک تکه طلای تمام عیار از آن استفاده کنیم و از اشتباهات و رخداد های گذشته درس بگیریم تا آینده ای بهتر بسازیم هیچگاه فراموش نکنید اشتباه کردن اشتباه نیست در اشتباه ماندن اشتباه است

اگر احساس می کنید که به کمی تغییر در هر زمینه ای از زندگیتان (کار ، روابط و...) نیاز دارید در ادامه همین مطلب ۹ راهکار را بیان می کنیم که امیدواریم این راهکارها همچون بسیاری دیگر برای شما نیز مفید باشد:

۱- پاسخ به سوال من کیستم:

اولین و مهمترین گام پاسخ به سوال مهم زندگی یعنی من کیستم و جایگاه من چیست و هدف من چیست ؟ در این گام بسیار مهم ما مشخص می کنیم تا رسیدن به مقصد نهایی پله به پله به چه هدفهای باید دست یابیم و همواره به یاد داشته باشیم مقصد در لابه لای مسیر است نه در انتهای مسیر (می توانید به مقاله هدف گذاری در همین وب سایت مراجعه کنید)

۲- **تشنه باشید :**

یکی از اساسی ترین گام ها قبول این مهم است که ما نیاز به تغییر داریم و باید بپذیریم که شرایط کنونی آن چیزی نیست که ما واقعا می خواهیم متاسفانه خوشبختی عده ای اینست که به بدبختی عادت کرده اند

۳- **برنامه ریزی هوشمندانه :**

و اما سومین گام برنامه ریزی هوشمندانه است یعنی پس از مرحله هدف گذاری باید مشخص کنیم از چه راههای می توانیم به هدفمان برسیم تمامی راههای ممکنه را بنویسیم و از میان آنها برترین ها را انتخاب کنیم

۴- **از ماست که بر ماست:**

بیا بید گامی طلایی برداریم و بگوییم که من مسئول زندگی خویشتم هستم و صد در صد مسئولیت زندگی خود را بپذیریم بیا بید لطف بزرگی در حق خود انجام دهیم و لیست بزرگی از بهانه ها را برای خود ردیف نکنیم و با خودمان روراست باشیم و در اصطلاح سر خود را کلاه نگذاریم

۵- **تلاش :**

ادیسون گیاهی را پرورش می دهد که ماده اولیه لاستیک است برای پرورش این گیاه ۱۷۰۰ بار تلاش می کند تا بالاخره موفق می شود پس ما نیز به این زودی حق عقب نشینی نداریم بلکه باید شکست ها را

قبول کنیم و از آنها درس بگیریم تا پلی برای موفقیت آینده امان باشد
یادمان باشد آینده ربطی به گذشته ندارد بلکه کاملاً وابسته به حال
است

۶- نگران نباشیم:

نگرانی یعنی ایجاد چیزی که نمی‌خواهیم. نگرانی مانع دیدن، شنیدن،
درک کردن و استجابات دعا می‌شود متأسفانه ما عادت کرده ایم که
خواسته هایمان را برای رهایی از نگرانی رها کنیم پس چه خوب است
اگر نگرانی را رها کنیم تا به خواسته امان برسیم

۷- توجیه نکنیم:

ابوعلی سینا جمله ی زیبایی دارد و می‌گوید: اگر برای یک کار اشتباه
هزار توجیه بیاورید می‌شود هزار و یک اشتباه. در بسیاری از مواقع
انسان در مواجهه با اشتباهات بجای تفکر به توهّم روی می‌آورد و اساس
فاجعه نیز همین است توهّم کار انسان را یکسره می‌کند و باعث می
شود انسان نتواند درست را از غلط تشخیص دهد و با عینک اوهام به
دنیا بنگرد که این نوع جهان بینی به هیچ وجه معتبر نیست

۸- خدمتکار یا ارباب؟ خودتان انتخاب کنید:

هر عملی که مرتباً تکرار شود کنترل عصبی از بالای مغز یعنی ضمیر
خود آگاه به پایین مغز یعنی ضمیر ناخود آگاه در می‌آید و عادت‌های
ما را تشکیل می‌دهند و این عادت‌های ما هستند که یا بهترین
خدمتکارهای ما هستند و یا بدترین اربابان ما و یادتان باشد عادت‌ها
سرنوشت ما را می‌سازند ولی عادت‌های فعلی سرنوشت ما نیستند و

قابل تغییرند (به مقاله تغییر عادت در همین وبسایت مراجعه شود یا کتاب قدرت عادات) با ساخت عادت های خوب بهترین خدمتکاران را در جهت رسیدن به اهدافتان استخدام کنید

۹-واقع بین باشیم:

در انتخاب راه همواره باید واقع بین بود و به این اصل معتقد باشید که مثبت اندیشی و واقع بینی را باید آموخت زیرا تنها بینش معتبر و قابل اطمینان واقع بینی است نه خوشبینی و نه بدبینی و هواره به یاد داشته باشید در انتخاب یک راه باید سعادت بشر و تکامل خود را چراغ راهنما قرار دهیم و این مهم را یک اصل قرار دهیم که در انتخاب راه به دور از خودپرستی و خودآرایی انتخاب خود را انجام دهیم

و اما آخرین نکته که هر روز باید به آن توجه کنیم اینست که خیلی زود دیر می شود و برای اجرای نکات بالا همیشه وقت نداریم هیچکس نمی داند که خداوند چه قدر عمر در کیسه اش قرار داد ولی همه می دانیم که

گه به کیسه گه به کاسه عمر رفت

هر نفس از کیسه ما می رود

بیایید با تلاشی بهتر نسبت به گذشته آینده بهتری هم برای خود هم برای دیگران رقم بزنیم تا عاقبتی همچون فرمانروایان اولیه زمین

نداشته باشیم. میلیون ها سال پیش موجودات عظیم الجثه ای بنام دایناسرها بر روی زمین می زیستند اما الان خبری از آنها نیست آیا دلیل انقراض آنها را می دانید؟ تنها دلیلش این بود که آنها نتوانستند خود را با شرایط آب و هوای جدید زمین وفق دهند و محکوم به انقراض شدند

بی شک هر اندیشه ای ، هر سبک زندگی، هر علمی و هر بستری که نتواند خود را با شرایط زمانه وفق دهد رو به انقراض است

زد بتوان بر قدم خویش گام

گر نبود اسب مطلبی لگام

با دو کف دست، توان خورد آب

گر نبود مشربه از زر ناب

شانه توان کرد به انگشت خویش

گر نبود شانه ی عاج بهر ریش

در عوضش، گشته میسر غرض

جمله که بینی، همه دارد عوض

عمر عزیز است، غنیمت شمار

آنچه ندارد عوض، ای هوشیار

اکنون زمان تغییر است

Changetime.ir

هدایت بهادری