

سوال

۱۰ سؤال مهمی که هر انسان موفقی از خود پرسیده است

کافه کتاب | KaffeKetab.ir

وحید صادقی

به نام خدا

سؤال

۱۰ سؤال مهمی که هر انسان موفق از خود پرسیده است

کافه کتاب | KaffeKetab.ir

تهیه شده در سایت مدرسه زندگی

www.MadreseZendegi.com

خیلی خوشحال هستم که به این مبحث علاقه‌مند هستید و از شما متشکرم که وقت گذاشتید و این کتاب را دانلود کرده‌اید.

در سال‌های اخیر سبک زندگی و رفتاری انسان‌های موفق به طور ویژه‌ای موردتوجه افراد مختلف قرار گرفته است. به طوری که بیشتر انسان‌ها دوست دارند بدانند که افراد موفق چه مراحل را سپری کرده‌اند و از چه الگوهای رفتاری پیروی کرده‌اند که توانسته‌اند به موفقیت‌های بزرگ در زندگی خود دست پیدا کنند.

در خصوص عوامل موفقیت در زندگی، می‌توان موارد بی‌شماری را مطرح کرد که به نسبت شرایط و محیط، می‌تواند برای افراد مختلف متفاوت باشد.

اما نکته‌ای که از قرن‌ها پیش خیلی موردتوجه بوده و نسبت به انجام آن خیلی توصیه شده است.

موضوع سؤال پرسیدن از خود است. | KaffeKetab.ir | کافه کتاب

شاید با شنیدن این جمله تعجب کنید، یعنی چه انسان از خودش سؤال بپرسد، مگر می‌شود انسان از خودش سؤال بپرسد؟ در جواب این پاسخ باید بگوییم که بله همه ما انسان‌ها در طول روز بارها به طور ناخودآگاه از خودمان سؤال می‌پرسیم و به خودمان جواب می‌دهیم. در این لحظه فکر کنید آخرین سؤالی که از خود پرسیدید کی بوده است؟

چند تا مثال می‌زنم تا بهتر به یاد بیاورید

صبحانه چه بخورم؟

امروز چه بپوشم؟

چطوری برم سرکارم؟

امروز به رئیس چطوری بگویم؟

شام چه بخورم؟

انسان همیشه، وقتی می‌خواهد تصمیمی بگیرد، در ابتدا از خودش یک سؤال می‌پرسد و اگر به جوابی نرسد و یا نسبت به آن شک داشته باشد، تصمیم می‌گیرد راه‌های دیگر را امتحان کند که یکی از آن راه‌ها مشورت کردن است.

این نوع رفتار هم خیلی دیده‌اید مثلاً می‌خواهید به یک مهمانی بروید و از خودتان سؤال می‌پرسید که چه بپوشم و در انتها هم چون به انتخاب خود شک دارید، نظر فرد دیگری را هم در خانواده جویا می‌شوید تا بهترین تصمیم را بگیرید.

در خصوص سؤال پرسیدن از خود، تحقیقات زیادی انجام شده که نشان می‌دهد یک قسمت از موفقیت افراد در زندگی بستگی به کیفیت سؤالاتی هست که از خودشان می‌پرسند. به طوری که هرچه کیفیت این سؤالات بهتر باشد جواب‌هایی که دریافت می‌شوند دقیق‌تر و کارگشایتر هستند.

اما متأسفانه اغلب اوقات افراد از این موهبت به بدی استفاده می‌کنند و از خود سؤالات منفی و بی‌کیفیتی همانند چرا من بدبخت هستم؟ من چرا آن قدر آدم بی‌مصرفی هستم؟ می‌پرسند؛ که این نوع سؤالات متقابلاً نتایجی را به بار خواهند آورد که جالب نیستند.

بنابراین یکی از قوانین سؤال پرسیدن این هست که مثبت باشد و در اغلب اوقات هم بهتر است که با چطوری شروع شود. اگر با چطوری شروع شود کمتر پیش می‌آید که سؤال نقش منفی و مخرب به خود بگیرد.

مثال:

سؤال نادرست: چرا من آن قدر بدبختم؟

سؤال درست: چطوری خوشبخت شوم؟

یادتان باشد سؤال پرسیدن یکی از عادت‌های روزانه انسان‌های موفق است

خیلی از انسان‌های موفق به این امر آگاهی کامل دارند و این رفتار را به صورت یک عادت روزانه در خودشان پرورش داده‌اند. در این خصوص سؤالات مهم و بسیار حائض اهمیتی وجود دارد که هر انسانی که می‌خواهد پا در مسیر موفقیت و کمال بگذارد باید بتواند به آن‌ها پاسخ بدهد.

از این رو ما در این کتاب ده تا از مهم‌ترین این سؤال‌ها را قرار داده‌ایم تا شما بتوانید به واسطه پاسخ دادن به آن‌ها به یک خودآگاهی در زندگی دست پیدا کنید.

دقت داشته باشید که شاید برای جواب دادن به برخی از این سؤالات به زمان نیاز داشته باشید، بنابراین برای پاسخ دادن عجله نکنید. اگر می‌خواهید به جواب‌های درست برسید، مهم اینک تمرکز داشته باشید و خوب به این سؤالات فکر کنید.

اغلب اوقات، شرط رسیدن به جواب خوب، گوش کردن به ندای درون است؛ بنابراین به ندای درون خود توجه کنید و آن را نادیده نگیرید. اگر عادت سؤال پرسیدن را در خود پرورش دهید و آن را آگاهانه هر روز انجام دهید، به زودی تغییرات اساسی در اندیشه‌های خود خواهید دید و به اهمیت سؤال پرسیدن از خود، پی خواهید برد.

KaffeKetab.ir | کافه کتاب

گاهی ممکن است به واسطه همین سؤال پرسیدن‌های متعدد، به جواب‌هایی دست پیدا کنید که زندگی شما را به طور چشمگیری دستخوش تغییر و تحول کنند. در این خصوص تلاش کنید هر روز حداقل یک سؤال باکیفیت از خودتان بپرسید. راستی یادتان باشد پرسیدن سؤالات منفی و غیرمفید هم نتایج برعکسی را برای شما رقم خواهند زد.

شاید سؤالات ساده باشند اما جواب دادن به آن‌ها آسان نیست

پس لطفاً اجازه ندهید ساده بودن سؤالات شما را گول بزند.

به امید موفقیت یکایک شما عزیزان

وحید صادقی

اگر می‌دانستم که شکستی در کار نیست چه کار می‌کردم؟

اغلب افراد خواسته‌هایی دارند که دوست دارند به آن‌ها دست پیدا کنند. حتماً بهتر می‌دانید که برای تحقق هر خواسته‌ای نیاز به اقدام است؛ اما اغلب اوقات افراد به خاطر یکسری ترس‌هایی که دارند اقدامی انجام نمی‌دهند؛ که یکی از بزرگ‌ترین این ترس‌ها، ترس از شکست است.

ترس از شکست اغلب اوقات باعث می‌شود که افراد نتوانند قدمی از قدم بردارند و برای تحقق خواسته‌های خود اقدامی انجام دهند. گاهی اوقات هم به خاطر ترس از شکست، ترجیح می‌دهند که کاری را شروع نکنند تا مبادا شکستی را هم تجربه نکنند.

طبق تحقیقات گسترده که دانشمندان انجام داده‌اند، این موضوع ثابت شده است که اغلب ترس‌هایی که انسان در زندگی دارد واقعی نیستند و بیشتر به خاطر واکنش‌های ذهنی، نوع عملکرد مغز، تجربیات گذشته این ترس‌ها بروز می‌کنند.

Kaffeketab.ir | کافه‌کتاب

با این حال ترس از شکست باعث می‌شود نتوانید به بهترین شکل ممکن عمل کنید. یکی از بهترین راه‌ها برای مقابله با این حالت روبرو شدن با آن و گذر از آن هست که خودش هم کار راحتی نیست. توصیه می‌کنم اگر ترس‌هایی دارید که ریشه‌ای هستند و در روند عادی زندگی شما اختلال ایجاد می‌کنند حتماً با یک متخصص مشورت کنید و آن‌ها را به حال خودشان رها نکنید.

اما اگر این سؤال را از خود بپرسید: که اگر می‌دانستم شکستی در کار نیست چه کار می‌کردم؟ کمک می‌کند تا بتوانید افق دید خود را فراتر از ترس ببرید و موضوع را از جنبه‌های دیگر هم بررسی کنید؛ یعنی اینکه انگار مغز خود را به چالش می‌کشید و با پرسیدن این سؤال به او فرمان می‌دهید که به دنبال یک‌راه حل بگردد.

در صورت تکرار، این کار باعث می‌شود که به‌طور ناخودآگاه تمرکز از روی ترس‌ها برداشته شود و بر

روی راه حل گذاشته شود.

اگر ترسی را که در حال تجربه آن هستید را مهار نکنید باعث می شود که انرژی تان در طول روز کم شود و نتوانید به سمت اهدافی که در ذهن دارید حرکت کنید.

گاهی اوقات در کارگاه هایی که برگزار می کنم، از افراد می پرسم فرض کنید در یک شرایط مرگ وزندگی قرار دارید و برای زنده ماندن مجبور هستید کاری را که سال ها از انجام آن ترس داشتید را همان لحظه انجام دهید. آیا آن موقع بازهم به ترس های خود و یا شکست فکر می کنید؟ اغلب اوقات جواب می دهند که نه در آن لحظه فقط، زنده ماندن برایمان مهم است. پس می بیند اگر خواسته های شما یک چرایی قوی داشته باشند دیگر حتی ترس از شکست هم نمی تواند مانع از انجام آن کار شود.



قرار است چه کسی شوم؟

اینکه در حال حاضر چه کسی هستید، نتیجه تصمیماتی است که به تا به امروز گرفته‌اید. انسان در هر زمان از ازنظر عاطفی و احساسی در حال تغییر و تحول است.

سال‌ها پیش آیا تصور می‌کردید که روزی جایی که هم‌اکنون هستید، باشید؟ شاید جایگاهی که امروز هستید با چیزی که سال‌ها قبل فکر می‌کردد خیلی فاصله داشته باشد. هنوز هم دیر نشده از گذشته خود درس بگیرید و ببیند چرا تا به حال به جایگاهی که می‌خواستید دست پیدا نکردید؟ اگر تصمیم جدی گرفته‌اید که در آینده به فردی متفاوت‌تر از کسی الآن هستید، تبدیل شوید پس اقدام کنید.

موانع احتمالی را که ممکن است مانع تحقق خواسته‌های شما بشوند را پیدا کنید و آنها را رفع کنید. باتوجه به تجربه‌هایی که از گذشته به دست آورده‌اید و با یک دید مثبت به آینده شروع به حرکت کنید. یادتان باشد که همیشه می‌توانید خودتان را تغییر دهید، مهم نیست که چقدر از خود آرمانی‌تان که در ذهن دارید دور هستید مهم این هست انتخاب کنید و حرکت کنید.

امروز همان فردایی هست که دیروز قولش را به خودمان داده بودیم .

www.MadreseZendegi.com

سؤال سوم

آیا کارهایی که انجام می‌دهم هماهنگ با ارزش‌هایم هستند یا نه؟

ارزش‌ها یکی از مهم‌ترین دارایی هر انسانی هستند. به واسطه همین ارزش‌ها هست که ما می‌توانیم مسیر زندگی خود را پیدا کنیم و در مسیر درست حرکت کنیم. هنگامی که زندگی‌تان هماهنگ با ارزش‌هایتان باشد رضایت از آن بالاتر می‌رود و لذت بیشتر از آن نصیب شما می‌شود. چه چیزهای جز ارزش‌های زندگی هستند.

هر آنچه که به زندگی معنا و مفهوم بدهد جز ارزش‌ها محسوب می‌شود. مثل سلامتی، محبت، کمک کردن، دوست داشتن، صداقت ...

پرسیدن روزانه این سؤال که آیا کارهایی که انجام می‌دهم هماهنگ با ارزش‌هایم هستند یا نه؟ کمک می‌کند تا کارهایی را که بر طبق ارزش‌هایتان نیستند را بهتر بشناسید و انجام آن‌ها را متوقف کنید و با دید بهتری روزهای خود را سپری کنید.

KaffeKetab.ir | کافه کتاب

**ارزش‌ها در زندگی همانند چراغی هستند
که در تاریکی به ما کمک می‌کنند تا مسیر را پیدا کنیم**

www.MadreseZendegi.com

سؤال چهارم

در زندگی به دنبال چه هستیم؟

آیا از زندگی خود رضایت دارید یا نه؟ اگر از زندگی خود احساس رضایت ندارید، باید بگویم که شما در این جهان تنها نیستید و افراد زیادی هستند که نسبت به زندگی خودشان احساس رضایت ندارند. در اغلب اوقات وقتی از این افراد پرسیده می‌شود چه عاملی باعث می‌شود که رضایت شما از زندگی بیشتر شود؟ و یا اینکه چه اتفاقی باید رخ بدهد تا در زندگی احساس رضایت کنید؟

درصد بالایی از این افراد نمی‌توانند به دو سؤال بالا جواب مشخصی بدهند چون واقعاً نمی‌دانند که از زندگی خود چه می‌خواهند و به این مسئله اصلاً فکر نکرده‌اند چه عواملی باعث رضایت بیشتر آن‌ها از زندگی می‌شود؛ اما در مقابل درصد خیلی کمی از افراد هستند که می‌توانند به راحتی به دو سؤال بالا جواب بدهند و آنها همان افرادی هستند که به این موضوع فکر کرده‌اند و می‌دانند که از زندگی خود چه می‌خواهند و این افراد برای زندگی خود برنامه و هدف مشخصی دارند و میدانند که واقعاً از زندگی چه چیزی می‌خواهند و به دنبال چه چیزی هستند...

افراد ناراضی اغلب اوقات بیشتر وقتشان را صرف فکر کردن به نخواستن‌ها می‌کنند و امیدوار هستند که روزی شرایط زندگی برای آن‌ها تغییر کند؛ اما متأسفانه این اتفاق کمتر رخ می‌دهد و تا زمانی که ندانید در زندگی به دنبال چه هستید و تمرکز خودتان را از نخواستن‌ها به خواستن‌ها تغییر ندهید اتفاق زیادی هم رخ نخواهد داد.

بنابراین قبل از هر تصمیمی، در ابتدا باید بدانید که چه می‌خواهید.

تصور کنید فردی تصمیم می‌گیرد که یک ماشین نو بخرد، بنابراین به یک نمایشگاه ماشین مراجعه می‌کند به فرد فروشنده می‌گوید من یک ماشین می‌خواهم و هرچه فروشنده از او می‌پرسد خب چه ماشینی مدنظرش هست، جواب بدهد من نمی‌دانم فقط یک ماشین به من بدهید تا بروم. آیا به نظر شما فرد فروشنده می‌تواند بدون اینکه بداند مشتری چقدر پول دارد و یا اینکه چه مدلی مدنظرش هست به او ماشین بفروشد، مسلماً نه و احتمالش کم هست فرد خریدار صاحب یک ماشین نو شود.

بنابراین وقتی تصمیم می‌گیرید که یک زندگی غنی و معنادار داشته باشید اول باید بدانید که از زندگی چه چیزی می‌خواهید و دوست دارید در زندگی خود به کجا برسید. بعد نسبت به خواسته خود قدم‌هایی مشخص و مؤثر بردارید.

KaffeKetab.ir | کافه‌کتاب

**اگر ندانید که در زندگی به دنبال چه هستید
به چیزی هم نخواهید رسید**

www.MadreseZendegi.com

سؤال پنجم

میراث من در این دنیا چیست؟

همه ما در این دنیا به دلیلی آفریده شده‌ایم و همه ما رسالتی داریم که باید آن را به سرانجام برسانیم. در چنین شرایطی باید ببینید که بعد از گذر عمر چه چیزهایی از شما باقی خواهد ماند. شاید شخصی بگوید فرزندان نیک و دیگری بگوید خدمتی که به دیگران کرده‌ام؛ بنابراین در این مورد خوب فکر کنید و ببینید که اثر شما در این دنیا چیست؟

شاید جواب دادن به این سؤال ساده نباشد و برای فکر کردن به زمان نیاز داشته باشید؛ بنابراین این زمان را به خودتان بدهید و سعی کنید که به جواب برسید و هنگامی متوجه این موضوع شدید از همان لحظه، خود را متعهد کنید که اثری از خود در این دنیا به جا بگذارید.

KaffeKetab.ir | کافه کتاب

هر انسانی در این جهان اثر و رسالتی دارد

www.MadreseZendegi.com

سؤال ششم

توجهم در زندگی باید به کدام سمت باشد؟

توجه شما در زندگی به کدام سمت است، حال، گذشته و یا آینده؟ اغلب افراد ساعتها در طول روز می‌نشینند و زانوی غم بغل می‌کنند و دائماً به گذشته خود فکر می‌کنند و تأسف کارهای کرده و نکرده خود را می‌خورند. افرادی که دائماً بر روی گذشته خود تمرکز دارند فرصتهایی را که پیش روی آنها قرار می‌گیرد را نمی‌بینند و به همین خاطر به ندرت در زندگی خود به جایی می‌رسند.

دسته دیگر از افراد هستند که فقط به آینده فکر می‌کنند و یادشان می‌رود که شرط داشتن یک آینده رؤیایی، اقدام در شرایط حال است. این افراد هم اگر اقدامی انجام ندهند سالها بعد به دسته افرادی می‌پیوندند که حسرت گذشته و فرصتهایی را که از دست داده‌اند می‌خورند.

چراکه به جایی اینکه اقدامی انجام بدهند در رؤیای آینده بهتر به سر برده‌اند و تصور می‌کردند فرصتهایی را که از دست داده‌اند در آینده قابل جبران هستند در صورتی آن فرصت‌ها رفته‌اند و جای آنها، فرصت‌های دیگری در زمان حال وجود دارد که می‌توان از آنها استفاده کرد اما آنها از آن استفاده نمی‌کنند.

داستان: روزی مردی تصمیم می‌گیرد با دختر یک کشاورز ثروتمند ازدواج کند. مرد کشاورز فقط یک شرط برای او قرار می‌دهد و می‌گوید اگر بتواند کاری را که از او می‌خواهد درست انجام دهد دخترش را به همسری او درمی‌آورد.

کشاورز به آن مرد می‌گوید من به سمت گاوداری می‌روم و سه گاو به طرف تو می‌فرستم و اگر توانستی دم یکی از آنها را بگیری تو می‌توانی داماد من بشوی.

کشاورز اولین گاو را رم می‌دهد و فرد خواستگار می‌بیند که یک گاو بسیار بزرگ و قوی‌هیکل به سمت او می‌آید و می‌ترسد و فرار می‌کند.

بعد از این اتفاق، او از اینکه ترسیده و یکی از فرصت‌های خودش را از دست داده خیلی ناراحت می‌شود به طوری که فراموش می‌کند که هنوز فرصت جبران دارد؛ اما او آن قدر در افکار خودش غرق می‌شود و شروع به مؤاخذه خودش می‌کند که متوجه حضور گاو دوم نمی‌شود. زمانی متوجه آن می‌شود که دیگر خیلی دیر شده است و آن گاو از او خیلی فاصله گرفته است.

بعد تصمیم می‌گیرد که دیگر حسرت گذشته و فرصت‌هایی را که از دست داده نخورد و به خودش قول می‌دهد که هر طور شده دم گاو سوم را بگیرد. گاو سوم به سمت او می‌آید و او خودش را روی گاو می‌اندازد که دم آن را بگیرد می‌بیند که گاو دم ندارد و آن فرد نمی‌تواند تنها خواسته کشاورز را انجام دهد و بعد سرافکننده آنجا را ترک می‌کند.

بله دوستان فرصت‌ها در زندگی هم همین‌گونه هستند می‌آیند و می‌روند و زمانی متوجه می‌شویم که دیگر خیلی دیر شده و دیگر قابل جبران نیستند و باید حواسمان در زمان حال خیلی زیاد باشد.

در این خصوص افرادی هستند که هم به گذشته توجه می‌کنند و هم با آینده اما در آن‌ها غرق نمی‌شوند و تمام تمرکز خودشان را به حال معطوف می‌کنند. این افراد از گذشته درس می‌گیرند با دید روشن و امید به آینده در زمان حال اقدام و عمل می‌کنند.

**هر کسی که دائما به گذشته و آینده چشم بدوزد
حال را از دست خواهد داد**

www.MadreseZendegi.com

سؤال هفتم

از استعداد و توانایی‌های خودم چگونه استفاده می‌کنم؟

همه انسان‌ها دارای استعدادها و توانایی‌هایی خاص خودشان هستند؛ و هیچ‌کس دیگری نمی‌تواند، آن کاری را که شما در آن استعداد و توانایی دارید را همانند خود شما انجام دهد. مثلاً دوتا آشپز حرفه‌ای و بااستعداد را تصور کنید که به‌شدت به حرفه خود علاقه دارند و در آشپزی درجه‌یک هستند.

این دو در شرایط یکسان و با مواد اولیه یک‌جور شروع به پخت غذا می‌کنند. در انتها امکان ندارد طعم غذای این دو آشپز به یک‌شکل باشد. هرکدام از این آشپزها یک غذای خوشمزه منحصربه‌فرد خودشان را درست کرده‌اند و هیچ‌کدام از آن‌ها به دیگری برتری ندارد و در اصل هرکدام از آن‌ها بهترین خودشان را عرضه کرده‌اند.

گاهی اوقات ممکن هست حتی خودتان هم از استعدادها و توانایی‌هایی که دارید خبر نداشته باشید و یا اینکه احساس کنید استعداد و توانایی که دارید چیز خاصی نیست و همه آن را دارند. مثل رانندگی، بیشتر افراد آن را بلد هستند اما در این بین، افرادی هستند که انگار رانندگی در خون آن‌هاست و در این کار بسیار حرفه‌ای و فوق‌العاده هستند. بازهم تکرار می‌کنم شاید تعداد زیادی افراد باشند که در رانندگی فوق‌العاده باشند اما هیچ‌کدام مثل هم نیستند. سعی کنید استعداد و توانایی‌های خودتان را کشف کنید و آن‌ها را پرورش دهید و در مسیر آن‌ها حرکت کنید.

استعدادهای خود را پنهان نکنید.
استعداد برای این خلق شده است که به کار گرفته شود

www.MadreseZendegi.com

سؤال هشتم

به چه چیزهایی در زندگی وابسته هستیم که مانع حرکت من می‌شوند؟

اغلب انسان‌ها در زندگی وابستگی‌هایی دارند، به طوری که گاهی اوقات فکر جدایی از آن‌ها برایشان کابوس است. افراد مختلف وابستگی‌های مختلفی هم دارند. از وابستگی به خانواده گرفته تا وسایل کوچک مثل لباس، گوشی تلفن همراه ...

رهایی از وابستگی‌ها کار ساده‌ای نیست و گاهی تا مدت‌ها زمان نیاز هست تا فردی بتواند از آن‌ها جدا شود؛ اما نکته مهم اینکه پشت همه این وابستگی‌ها یک ترس خوابیده و به خاطر همین ترس است که افراد دچار وابستگی می‌شوند.

ترس از دست دادن

ترس از تنهایی

ترس از قضاوت شدن...

وابستگی‌ها یکی از موانعی هستند که مانع از رشد و شکوفایی شما می‌شوند و اگر موارد این‌چنینی را رفع نکنید رسیدن به مقصد سخت می‌شود.

مثال: فردی را تصور کنید که می‌خواهد از کوهی بالا برود اما به پای او وزنه‌های سنگینی بسته شده است. در شرایطی که به پاهای او وزنه‌های سنگینی بسته شده است دیگر مهم نیست که این فرد چقدر تلاش می‌کند و یا اینکه چقدر مهارت کوه‌نوردی دارد.

وزنه‌هایی که به پای او بسته شده اجازه حرکت را به او نمی‌دهند و اگر هم حرکتی کند نمی‌تواند مسافت زیادی را طی کند و بعد از یک مدت کوتاه از ادامه میسر خسته می‌شود و آن را رها می‌کند.

آیا کم‌دی از لباس‌هایی دارید که دیگر هرگز از آن‌ها استفاده نمی‌کنید؟

آیا مقدار زیادی از وسایل دارید که سال‌ها در انباری هستند و دیگر از آن‌ها استفاده نمی‌کنید؟

خلاص شدن از این چیزهای اضافی به شما کمک می‌کند تا بتوانید از وابستگی‌ها و ترس‌ها رهایی یابید و فکر آزادتری داشته باشید. رها کردن این وسایل شاید سخت باشد اما بعد از بخشش این وسایل به کسانی به آن‌ها نیاز دارند احساس خوبی پیدا خواهید کرد و مهم‌تر از آن حس رها بودن را تجربه خواهید نمود.



سؤال نهم

برای موفقیت، ارتباطات من باید چگونه باشد؟

یک قسمت از موفقیت هر انسانی در زندگی بستگی به ارتباطات او با دیگران دارد. اینکه در طول روز با چه افرادی در ارتباط هستید و روز خود را چگونه با آن‌ها سپری می‌کنید خیلی مهم است.

اگر افرادی که در کنار شما هستند جزء آن دسته افراد موفق باشند که در زندگی به دستاوردهای خوبی رسیده‌اند، متقابلاً رفتار و نگرش آن‌ها بر روی شما تأثیر می‌گذارد و باعث می‌شود شما هم به دستاوردهای بزرگی دست پیدا کنید.

اما از طرفی اگر افرادی که در طول روز با آن‌ها در ارتباط هستید، جزء آن دسته افراد منفی و ناامید باشند، نحوه نگاه نگرش آن‌ها بر روی شما تأثیر می‌گذارد و همانند آن‌ها فکر و رفتار می‌کنید.

بنابراین به این نکته دقت کنید که دوستان و کسانی که در اطراف شما هستند از کدام دسته‌اند. اگر از دسته دوم هستند بهتر است که ارتباط خود را با آن‌ها کمتر کنید و اگر هم این امر امکان‌پذیر نیست، حداقل بر روی خودتان آن قدر کار کنید تا رفتار و بعضاً نگرش‌های منفی آن‌ها روی شما تأثیر نگذارد.

**یک قسمت از موفقیت و یا شکست ما در زندگی
به این بستگی دارد که روز خود را با چه افرادی سپری می‌کنیم**

www.MadreseZendegi.com

سؤال دهم

از کی می‌خواهم شروع کنم؟

تا زمانی که اقدام و برنامه‌ای نباشد، دیگر مهم نیست که آرزو و اهداف شما چه هستند. فرض کنید یک هدف دقیق و فوق‌العاده برای خود در نظر گرفته‌اید، اما برای تحقق آن اقدامی نمی‌کنید. در چنین شرایطی آن هدف به هیچ دردی نخواهد خورد.

در این خصوص باید دقیقاً بدانید که کی و چطوری قرار است شروع کنید. برای تحقق هر خواسته‌ای به یک برنامه دقیق اقدام و عمل نیاز دارید. تا زمانی که برنامه‌ای مشخص برای شروع وجود نداشته باشد، تعهدی هم نخواهد بود. پس مهم هست که مشخص کنید، کی می‌خواهید شروع کنید. اغلب اوقات افراد به دلیل ترس، کمال‌گرایی، تنبلی هیچ‌وقت دست به اقدام نمی‌زنند و این افراد جز افرادی هستند که فقط آرزو و رؤیای یک‌چیز را دارند و هیچ‌وقت هم به آن‌ها دست پیدا نمی‌کنند. اگر از این دست افراد هستید سعی کنید این موانع را رفع کنید و هرچه زودتر کار خودتان را شروع کنید.

KaffeKetab.ir | کافه‌کتاب

پایان

از شما متشکرم که وقت گذاشتید و تا اینجا با من همراه بودید.

امیدوارم رسیدن به جواب این سؤالات به شما کمک کند تا بتوانید تغییرات بزرگی را در زندگی خود

رقم بزنید

به امید دیدار شما

وحید صادقی