



موفقیت در زندگی : هنر خوب زندگی کردن

نویسنده: فریدون فرداد - تیم تحریریه فرتیک

هر فرد برای زندگی و آینده خود هدف‌های متفاوتی دارد و تعریف خاصی از موفقیت در ذهن خود ایجاد کرده است. برخی موفقیت را در به دست آوردن پول و ثروت فراوان می‌بینند، برخی دیگر به دنبال کسب علم هستند، برخی به دنبال خوشبختی و آرامش و به هر حال موفقیت در زندگی تعریف‌های مختلفی دارد و با توجه به شرایط و ویژگی‌های هر فرد متفاوت است. در این مقاله قصد داریم در مورد موفقیت چیست و روش‌هایی برای کسب موفقیت و کسب آرامش در زندگی صحبت کنیم.

موفقیت چیست؟

آیا موفقیت به دست آوردن ثروت است؟ آیا خوشبختی است؟ آیا شهرت است؟
زیگ زیگلار فقید یکی از معروف‌ترین متخصصان امروزی در زمینه تعریف موفقیت در زندگی، انگیزه و داشتن زندگی متعادل بود. وی در کتاب خود استدلال می‌کند که موفقیت را نمی‌توان با یک جمله تعریف کرد و این مفهوم از چیزهای زیادی تشکیل شده است. می‌توان ادعا کرد که تعریف موفقیت به فرد بستگی دارد و برای همه یکسان نیست.
در ادامه چند تعریف مختلف از موفقیت در زندگی آورده شده است. شاید همه آن‌ها مورد تایید شما نباشند، اما قطعاً بسیاری از آن‌ها برای شما مفهوم موفقیت را نشان می‌دهند.



موفقیت و هنر خوب زندگی کردن همیشه انجام کارها به بهترین شکل است

موفقیت چیست؟ موفقیت زمانی حاصل می‌شود که در تمام زمینه‌های کاری که انجام می‌دهید نهایت تلاش خود را بکنید، حتی اگر این امر به نتایج بزرگی منجر نشود. اگر تمام تلاش خود را کرده‌اید، باید از تلاش خود احساس افتخار کنید.

تعریف موفقیت تعیین اهداف مشخص است

هنگام تعیین اهداف واقع‌بین باشید. موفقیت با تعیین اهداف انتزاعی حاصل نمی‌شود. اگر بدانید که به کجا می‌روید، خود یک موفقیت بزرگ است، حتی اگر در نهایت به مقصد برنامه ریزی شده نرسید.

تعریف موفقیت درک تفاوت بین نیاز و خواست است

اگر می‌توانید به تعهدات خود عمل کرده و نیازهای اساسی خود را برآورده کنید، موفق هستید. این که بتوانید نیازهای خود را تشخیص داده و بدانید به چیزی احتیاج دارید منجر به ثبات مالی می‌شود و راهی عالی برای موفقیت است.

موفقیت چیست؟ این است که باور کنید می‌توانید

اگر باور داشته باشید که می‌توانید، قطعاً موفق خواهید شد. خودباوری به طور طبیعی برای همه به وجود نمی‌آید، بنابراین اگر بتوانید به این باور برسید که می‌توانید به اهداف خود برسید، بسیار عالی عمل می‌کنید.

موفقیت هنر خوب زندگی کردن و یادآوری تعادل بین کار و اشتیاق است

کار بدون اشتیاق باعث ایجاد استرس بی مورد و دستاوردهای پوچ می شود. بر آنچه شما را به وجد می آورد تمرکز کنید اگر از کار خود راضی باشید، نتایج عالی هم به دست می آورید.

موفقیت چیست؟

موفقیت را می توان به شکل های مختلف تجربه کرد. اگر در زندگی خود دارای آرامش و شادمانی هستید قطعاً موفقیت را تجربه کرده اید.

هنر خوب زندگی کردن چیست؟

همه ما می دانیم که در همه چیز یک هنر وجود دارد و زندگی خوب نیز از این قاعده مستثنی نیست. از بین تمام هنرهای موجود، هنر خوب زندگی کردن یکی از مهارت هایی است که در کنار آن می توانید به بسیاری از مهارت های دیگر نیز دست پیدا کنید.



هنر خوب زیستن این است که زندگی خود را با توجه به اعتقادات، امیدها، آرزوها و تمایلات خود بسازید. البته، ایجاد زندگی خود به عنوان یک اثر هنری یک کار مداوم است و روزانه در حال توسعه و تکمیل می‌باشد. تفاوت بین زندگی خوب و زندگی درست مانند تهیه یک وعده غذایی خواهد بود. وقتی گرسنه باشید می‌توانید بدون توجه به ارزش غذایی، طعم و مزه یا جذابیت بصری ظرف، غذایی را آماده کرده و میل نمایید. این غذا صرفاً معده شما را پر کرده و احساس گرسنگی شما را برطرف می‌کند. را دیگر این است که یک وعده غذایی دلیز، مقوی و خوشمزه تهیه کنید که نه تنها نیاز گرسنگی شما را برآورده کند، بلکه تجربه‌ای لذت بخش از یک وعده غذایی خوشمزه و مفید باشد. البته آماده‌سازی وعده غذایی دوم به طور کلی به فکر، برنامه‌ریزی، زحمت و کار بیشتری نیاز دارد، اما قطعاً نتیجه کار نیز لذت بخش‌تر خواهد بود.

زندگی کردن نیز دقیقاً به همین صورت است. شما می‌توانید بدون توجه به اهداف، علایق و گرایشات خود زندگی کرده و فقط روزها را سپری کنید اما می‌توانید راه دیگری را انتخاب کرده و با تعیین اهداف بر اساس توانایی‌ها و علایق خود زندگی زیباتر و لذت بخش‌تری داشته باشید.

چگونه می‌توان زندگی را به یک اثر هنری تبدیل کرد

باید از تمام لحظات زندگی به درستی استفاده کنید. برای تمام روزهای خود برنامه ریزی داشته و از تمام چالش‌ها و لذت‌های زندگی استقبال کنید.

بدانید و آگاه باشید که هر آنچه را تجربه می‌کنید به دانش، لذت و درک زندگی شما کمک می‌کند. هر فعالیتی می‌تواند معنی و هدف داشته باشد و با تصدیق و شناخت آن، مشارکت خود را در آن غنی کنید.

یک ذهنیت باز، پذیرنده و قدرشناس ایجاد کنید. خود را برای هر آنچه سر راه شما قرار دارد آماده کنید. وقتی این کار را انجام می‌دهید، به دلیل تمایل شما برای رویارویی با آنچه که هست، احتمال جذب شرایط نامطلوب کاهش می‌یابد.

پایان