

محدود نیستی...! هدف را بخواه...!

مصطفی تابان - روان شناس



وقتی کودک کوچکی بودیم آرزو های بسیاری داشتیم، آرزوهایی که براساس شناخت بسیار سطحی ما از جهان شکل گرفته بود .

اگر از ما می پرسیدند که دوست داریم چکاره شویم بی درنگ یکی از سه شغل خلبان، پلیس یا پزشک را نام می بردیم. درست مانند کودکان امروزی. با گذشت زمان و افزایش شناخت بیش تر ما نسبت به محیط اطراف، آرزوهای مان عمق گرفت .

از نگاه یک جوان ۱۸ ساله می توان آرزوها را به ۲ گروه تقسیم کرد :

گروه اول آرزوهایی هستند که اگر به آن برسیم **از نظر اجتماع مورد احترام** واقع می شویم و یا می توانیم در **بین اطرافیان مطرح** باشیم.

اگر فلان ماشین گران قیمت را داشته باشیم می توانم ...

گروه دوم آرزو های هستند که واقعبرای رسیدن به آنها باید زحمت کشید. این داستان را شنیده ای؟ پسری در خواب می بیند که صاحب گنجی است. پس از بیداری درصدد یافتن آن برمی آید و در جست و جوی آن سرزمین های بسیاری را می گردد. در نهایت آن گنج را در همان جایی پیدا می کند که خوابیده بود.

آیا شما از این گونه رؤیا ها داشته اید ؟ رؤیاهایی مانند:

- ✓ یک نویسنده ی جهانی شوید.
- ✓ قهرمان یک رشته ی ورزشی در المپیک شوید.
- ✓ متحوّل کننده ی سیاست ، مذهب ، روانشناسی و ... باشید .

موفقیت در آزمون سراسری بدون شک زمینه ساز دستیابی به آرزوهای نوع دوم است. البته باید بدانید افرادی که به آرزوی نوع دوم می رسند، توانایی تحقق آرزوهای نوع اول را هم دارند. اما چگونه می توان به این رؤیاها و آرزوها جامه ی عمل پوشاند؟ ساده است. فقط باید:

رؤیاهای تان را وسعت دهید و با شور و اشتیاق به آنها پردازید

رؤیاهای بزرگ باعث ایجاد انگیزه و تحرک می شود. وقتی به این رؤیاها می اندیشید، به سمت همان مسیری که به آن علاقه مند هستید راهی باز

خواهید کرد. به همین دلیل توصیه می کنم آرزوهای تان را مرتباً در ذهن مرور کنید . حواس تان باشد تمام ابداعات و اختراعات و دستاوردهای شگفتی که پیرامون تان می بینید ، با یک فکر و نیت آغاز شده اند.

جزئیات را برای خود مشخص کنید

آرزوی تان چیست؟ «داشتن یک خانه زیبا» ؟ این آرزو را دقیق تر کنید. آپارتمان یا ویلایی؟ با چه مساحتی؟ کدام شهر و کدام محله؟ مگر نگفتید «زیبا»؟ حالا تعریف تان را از زیبایی روشن کنید. آیا نوساز بودن زیبایی است یا دکوراسیون خاصی را در نظر دارید؟ وقتی به تمام این ابعاد اندیشیدید، باز هدف تان را مشخص کنید. «یک آپارتمان ۲۰۰ متری ۳ خوابه در چهارباغ اصفهان ، نوساز و بادکوراسیون مدرن می خواهم.»

وارد عمل شوید

افرادی که به رؤیاهای شان جامه ی عمل می پوشانند، راههای درست و منطقی دستیابی به هدف را بررسی ، مشخص و در جهت آنها حرکت می کنند. حتی اگر این راهها دشوار باشند و مستلزم تحمّل ناملایمات، آنان این اقدامات سخت را پلی برای رسیدن به آرزوی خود می پندارند. روزی از راه خواهد رسید که وقتی به گذشته نگاه می کنید ، از این که مسیر پشت سر را با همین قدمهای کوچک پیموده اید غرق شادی و لذت خواهید شد.

صبور باشید

اگر دوره ای که در آن زندگی می کنیم عصر سرعت و تکنولوژی است و همه چیز پرسرعت تر از آن که فکر کنیم تحقق پیدا می کنند، اما آرزوهای بزرگ وقتی در کوره ی زمان با آتش اشتیاق تفتیده شوند، به ثمر خواهند نشست و تحقق خواهند یافت. در عوض، زمانی که این آرزوها به حقیقت می پیوندند، رضایت خاطر، شمع و شادی زیادی به همراه دارند. بنابراین حوصله کنید و به راه تان ادامه دهید و بر این باور باشید که به هدف تان خواهید رسید. یاد بگیرید از مسیری که می پیمایید لذت ببرید. یادتان باشد که در طول راه به سعی و تلاش تان پاداش دهید.

فراموش نکنید ، نقطه آغاز تصمیم های بهتر، نقطه پایان تصمیم های بدتر است.

سر بلند و هدفمند باشید.