

از همین حالا شروع کنید!

«منتظر نمانید تا در صدر زمینه کاری خود قرار بگیرید یا در اواخر زندگی خود باشید تا زندگی شکوفاتر و معنادارتری داشته باشید.»



«منتظر نمانید تا در صدر زمینه کاری خود قرار بگیرید یا در اواخر زندگی خود باشید تا زندگی شکوفاتر و معنادارتری داشته باشید. در عوض از همین حالا شروع کنید - چه ۲۵ یا ۵۵ ساله باشید - و به این فکر کنید که چه چیزی زندگی شما را معنادار، شاد و کامل می کند.»

به گزارش ایسنا، روزنامه دنیای اقتصاد نوشت: «بسیاری از مردم برای دستیابی به موفقیت مادی تمام زندگی خود را کار می کنند؛ چرا که احساس شادی و هدفمندی خود را مصون به دستیابی به موفقیت مالی می بینند. آنها برای این که معنایی در زندگی خود بیابند اغلب آخرین سال های حیات خود را به دنبال هدفی در زندگی سپری می کنند.»

جست وجوی معنا در اواخر زندگی فرصتی از دست رفته است. موفقیت بدون فحوا - هدف، خدمات و روابط معنادار - واقعا موفقیت نیست. مهم است که به درستی فکر کنید که چگونه می توانید زندگی آمیخته با موفقیت و لذت داشته باشید، نه این که اسیر تله های سطحی موفقیت شوید بلکه با هدفی عمیق و شادی در تمام کارهایی که انجام می دهید، پیش روید. از هم اکنون شروع کنید.

از خود بپرسید: هدف اصلی کار من و راه هایی که دنیا را بهتر می کند، چیست؟ چگونه می توانم روابطم را عمیق تر کنم؟ چگونه می توانم به دیگران خدمت کنم؟ چگونه هر روز بهتر شوم؟

باب بافورد کتاب پرفروش Halftime (استراحت بین دو نیمه مسابقه) را در سال ۱۹۹۵ نوشت که ایده «حرکت از موفقیت به سمت هدف» در نیمه دوم زندگی وی را معروف و مشهور کرد. بافورد متوجه شد که بسیاری از تاجران تمام زندگی خود را برای دستیابی به موفقیت مادی کار می کنند؛ چرا که احساس شادی و هدفمندی خود را مصون به دستیابی به موفقیت مالی می بینند و او آن افراد را به درستی تشویق کرد تا در سال های آخر زندگی خود به دنبال معنا و اثرگذاری باشند.

اگرچه این قاب بندی «موفقیت تا هدف» به خوبی مورد توجه قرار گرفته است اما مورد سوءاستفاده نیز قرار گرفته است. هدف تشویق افرادی بود که شغل خود را صرف جمع آوری منابعی چون پول، قدرت، موقعیت و موفقیت کرده اند تا زمان و استعدادهاى خود را در خدمت دیگران به کار گیرند اما این قاب بندی همچنین نشان می دهد که «موفقیت» حرفه ای و یک زندگی شاد و معنادار دو به دو ناسازگار هستند. در واقعیت، هیچ موفقیتی بدون هدف وجود ندارد. اگر کتاب درخشان برونوی ور (Bronnie Ware) «پنج پیشیمانی برتر مردگان»، مطالعات گرانر هاروارد یا آموزه های تقریبا هر دین یا فلسفه باستانی را بخوانید، متوجه خواهید شد که تعداد کمی از مردم در پایان عمرشان به پول، شهرت یا قدرت فکر می کنند و تقریبا همه از کمبود روابط معنادار یا کمبود معنا در کار و زندگی خویش پیشیمان هستند. دیدگاه مناسب موفقیت بینشی است که به سمت شکوفایی انسان هدف گذاری شده است - چیزی که یونانیان از آن به عنوان سعادت یاد می کنند - که تعریف غنی تری از یک زندگی موفق ارائه می کند که ممکن است مرفه باشد اما هدفمند نیز هست. من دهه گذشته را صرف نوشتن در مورد رهبری سازمانی و توسعه شخصی، به ویژه موضوع هدف کرده ام، و یکی از بینش های کلیدی که به دست آوردم، ماهیت توخالی موفقیت مادی است زمانی که هدف و معنایی جز مادیات در زندگی نباشد. موفقیت بدون فحوا - که من آن را هدف، خدمت و روابط معنی دار تعریف می کنم - واقعا موفقیت نیست و انتظار برای رسیدن به موفقیت واقعی تا زمانی که در نیمه دوم زندگی خود قرار بگیرید، بیهوده است.

تعداد کمی از ما قبل از این که موفقیت را دنبال کنیم، به مفهوم جریان اصلی موفقیت اندیشیده ایم. ما ممکن است با فکر کردن در مورد این که در چه چیزی خوب هستیم یا مسیر افرادی که تحسینشان می کنیم، در مورد انتخاب یک شغل یا حرفه فکر کنیم اما با گذشت زمان، آن شغل ممکن است بر سایر بخش های معنی دار زندگی ما تسلط یابد (همه ما می توانیم با مبارزات زندگی خود تعادل بین کار و زندگی) ارتباط برقرار کنیم. یا ممکن است در همان وهله اول آن چه آن حرفه را هدفمند می کند، از دست بدهیم. بنابراین، پیش فرض ما بدون این که واقعا دلیل آن را بپرسیم، اغلب تعقیب پیشرفت مادی است. در عوض، مهم است که به درستی فکر کنید که چگونه می توانید زندگی آغشته به موفقیت و لذت داشته باشید، نه این که اسیر تله های سطحی موفقیت شوید بلکه با هدفی عمیق و شادی در تمام کارهایی که انجام می دهید پیش روید. همان طور که مارتین سلینگمن، روانشناس، بیان کرده است، شکوفایی واقعی قطعا شامل برخی از عناصر کامیابی است. در عین حال شامل معنا، احساسات مثبت، تعامل و روابط نیز هست. تأمل در این تعریف عمیق تر از موفقیت، ما را به چالش می کشد تا مسیری از اساس

متفاوت با مسیری که در فرهنگ عامه از آن حمایت می شود، اتخاذ کنیم. پیمودن این مسیر به ما این امکان را می دهد تا زندگی خود را به گونه ای بسازیم که به طور مداوم پر از معنا باشد. همان طور که در مورد چشم اندازی عمیق تر برای موفقیت چشمگیر تفکر می کنید، از خود چند سوال بپرسید:

هدف اصلی کار من و راه هایی که در آن دنیا را به جای بهتری بدل می سازد، چیست و چگونه می توانم به آن هدف تکیه کنم یا کارهای روزمره خود را به منظور تاکید بر آن بسازم؟

روابط کلیدی در زندگی من، چه در داخل و چه در خارج از کار چه کسانی هستند و چگونه می توانم آنها را عمیق تر و غنی تر کنم؟

من در کار خود و خارج از آن به چه کسی خدمت می کنم و در محل کار، خانه و جامعه خود چه کارهای بیشتری می توانم انجام دهم تا به دیگران خدمت کنم؟

چگونه هر روز بهتر شوم؟ چگونه می توانم در زندگی شخصی یا حرفه ای خود به دنبال حرفه ای معنادار باشم؟

بسیاری از افرادی که تا نیمه دوم زندگی خود صبر می کنند تا به این سوالات فکر کنند، توانایی خود برای تجربه موفقیت واقعی را پیدا می کنند اما موفقیتی که با چند دهه پیروی از یک مسیر تهی کاهش یافته است و در حالی که برای روی آوردن به یک زندگی معنادار هیچ وقت دیر نیست، بهتر است که در تمام مدت به معنای واقعی زندگی فکر کرده باشید. دستیابی به هدفمندی در زندگی امروز شما به سرعت امکان پذیر است.

هدفمندی ممکن است شامل تغییر دیدگاه شما به کارتان یا سرمایه گذاری در روابط مثبت معنادارتر باشد. شما ممکن است انتخاب کنید که ارائه خدمات خود را به دیگران ژرفا ببخشید، به دنبال کارهای جدید و معنادار باشید یا تغییری بزرگ تر در حرفه، مکان یا سبک زندگی خود ایجاد کنید. اما به هر شکلی که به آن بپردازید، حرکت به سوی موفقیت شامل توقف شما برای بررسی جدی زندگی فعلی تان و تفکر عمیق در مورد اینکه آیا مسیری که در آن قرار دارید واقعا شما را به جایی که می خواهید می برد، می شود.

منتظر نمانید تا در صدر زمینه کاری خود قرار بگیرید یا در اواخر زندگی خود باشید تا زندگی شکوفاتر و معنادارتری داشته باشید. در عوض، از همین حالا شروع کنید - چه ۲۵ یا ۵۵ ساله باشید - و به این فکر کنید که چه چیزی زندگی شما را معنادار، شاد و کامل می کند.»