

زندگی برکه آرامی نیست

همه ما باید بدانیم برای مقابله با مشکلات زندگی نیاز به مجموعه‌ای از توانایی‌ها داریم که می‌توانند ما را در این مسیر یاری دهند.



جام جم آنلاین: همه ما باید بدانیم برای مقابله با مشکلات زندگی نیاز به مجموعه‌ای از توانایی‌ها داریم که می‌توانند ما را در این مسیر یاری دهند.

هیچ کدام از این توانایی‌ها از ابتدا در وجود ما نبوده و نخواهد بود. ما باید با تلاش و کسب تجربه و استفاده از راهنمایی‌های دیگران این توانایی‌ها را در خودمان به وجود بیاوریم و گسترش دهیم.

نخستین گام برای دستیابی به چنین موقعیتی، ایجاد روحیه انعطاف‌پذیری و سازگاری با شرایط مختلف است.

همین جا به این نکته اشاره کنیم که منظور از داشتن چنین روحیه‌ای به هیچ وجه معنای تسلیم شدن در برابر شرایط را ندارد، بلکه منظور ما این است که به دلیل تحولات متعدد و سریع در زندگی‌های این دوران باید یاد بگیریم شرایط جدید را به خوبی درک کنیم و در مقابل آنها دچار از خودباختگی و سرگردانی نشویم.

فرض کنید شرکتی که من یا شما در آن کار می‌کنیم دچار مشکل مالی و ورشکستگی شود. در چنین حالتی چه رفتاری باید از خود نشان دهیم؟ آیا باید تا مدت‌ها زانوی غم بغل گرفته و غصه بخوریم؟ یا شرایط را درک کرده و برای پیدا کردن کار جدید و ادامه زندگی تلاش کنیم؟

کدام یک از این دو راه بیشتر به ما و زندگی‌مان کمک می‌کند؟

چنین حالتی مانند روبه‌رو شدن با یک بیماری است. ما باید شرایط جدید را بشناسیم، آن را به خوبی درک کنیم و راه‌حل‌های مختلفی که در برابرمان قرار دارد را تجزیه و تحلیل کنیم و بهترین آنها را انتخاب کنیم.

انسان‌های دوراندیش همیشه به این موضوع فکر می‌کنند که ممکن است تغییراتی در زندگی‌شان رخ دهد. آنها می‌دانند که زندگی مانند برکه‌ای ساکن نیست.

زندگی دریایی است که گاهی آرام است و بعضی مواقع موج‌های سهمگینی دارد. باید بدانیم تغییر در ذات زندگی نهفته است.

فردا ممکن است حادثی را در برابر ما قرار دهد که امروز از آنها بی‌خبریم، اما معنای هیچ کدام از اینها ترسیدن از زندگی و حوادث آن نیست. آنها که از زندگی می‌ترسند، از پیش خود را بازنده اعلام کرده‌اند.

معنای این حرف‌ها آماده بودن برای شرایط جدید است. در دورانی که تحولات اجتماعی و اقتصادی با سرعتی باورنکردنی اتفاق می‌افتد، آنهايي موفق‌ترند که دوراندیش‌تر و آماده‌تر باشند.

دوراندیشی و آمادگی می‌تواند در انجام رفتارهای بهتر به ما کمک کند. وقتی حادثه‌ای رخ می‌دهد، انسان‌ها اغلب دچار نوعی سردرگمی می‌شوند و بسیاری نمی‌توانند درست تصمیم بگیرند.

برای این گروه شاید بهتر آن باشد که اصلاً دست به عمل نزنند، چرا که اگر عملی براساس فکر و اندیشه نباشد همان بهتر که انجام نشود.

اما زندگی هیچ گاه منتظر ما نمی‌ماند. زندگی مثل قطاری است که از ایستگاه اول حرکت کرده است. این قطار باید به ایستگاه دوم برسد و تا آنجا دیگر توقفی ندارد. پس ما نمی‌توانیم دست روی دست بگذاریم و منتظر بمانیم. ما یا با قطار زندگی همراه می‌شویم یا از آن عقب می‌مانیم.

اگر من و شما نمی‌خواهیم جزو گروه عقب‌مانده‌ها باشیم باید خود را برای روبه‌رو شدن با مسائل مختلف زندگی آماده کنیم. البته این آمادگی دائمی نباید ما را فرسوده کند، بلکه باید به درایت و قدرت ما بیفزاید.

این هم یکی از مهارت‌هایی است که باید برای همراهی با زندگی امروز پیدا کنیم؛ مهارتی که پس از آموختنش متوجه می‌شویم بسیار هم شیرین است.

در ابتدا اما شاید این رفتار قدری سخت و مشکل به نظر برسد، ولی اگر قبل از هر چیز به این موضوع توجه کنیم که ما در این دنیا تنها نیستیم و انسان‌های دیگری هم در کنار ما و در دیگر نقاط این جهان زندگی می‌کنند، شاید بهتر با آن روبه‌رو شویم. همچنین باید بدانیم انسان‌های دیگر هم با همین مسائل دست به گریبان هستند.

از میان آنها هم گروهی برنده و برخی بازنده می‌شوند. فقط باید سعی کنیم در گروه برنده‌ها قرار بگیریم. این کار هم سخت و طاقت‌فرسا نیست.

فقط باید قدری هوشیار باشیم، شرایط را به درستی درک کنیم و برای زندگی و آینده خود برنامه داشته باشیم. اینها همه آموختنی هستند و می‌توانیم آنها را یاد بگیریم.