

هدف زندگیتان را پیدا کنید:

هر انسانی، در ذهن اش مکانیزی وجود دارد که ناخودآگاه او را به سمت اهدافش هدایت کند. افرادی که در زندگی احساس سردرگمی میکنند، دقیقا به علت نداشتن هدف مشخص است و یا مثلا اگر فردی به هدفی که خواسته، دست پیدا میکند، با اینکه به چیزی که خواسته رسیده، در کمال تعجب بی انگیزه میشود، مایوس میشود. زیرا به هدفی که خواسته رسیده، حال ذهنش هیچ هدف دیگری را در او پیدا نمیکند.

اما خبر خوب اینکه اگر در زندگی سردرگم شدید، شانس این را دارید که به اهداف بزرگی که در ذهن دارید دست پیدا کنید. برای این منظور میتوانید به همین روال زندگیتان را ادامه دهید تا کم کم هدف تان را پیدا کنید. اما اگر نمیخواهید منتظر بمانید، اینجا ۹ سوال مهم را میخوانید، که جواب آنها دقیقا به شما کمک میکند به هدف اصلی زندگی تان پی ببرید.

هدف زندگی تان چیست؟

- ۱- آیا کاری را که دوست دارم انجام میدهم؟ شاید جواب این سوال کیفیت کل زندگیتان را مشخص کند.
- ۲- آیا خانواده تان را دوست دارید؟ دوستان؟ کار؟ تفریحاتتان چگونه؟ گذران وقتتان را چطور؟ یکی از مهمترین کلیدهای پیدا کردن هدف نهایی زندگی، افرادی هستند که در زندگی شما وجود دارند. چون آنها به شما انگیزه می دهند.
- ۳- آیا کاری را انجام میدهم که میخواهم و در مسیری حرکت میکنیم که از ماجراجویی در آن مسیر لذت میبریم؟ آیا از جایگاه فعلی کارتان راضی هستید؟ بهترین مقایسه و اندازه گیری خوشبختی این است
- ۴- آیا در محیط کاری خود توانایی تغییر موضوعاتی که باعث آزار شما می شود دارید؟ توانایی حل این موضوع را دارید؟ چون رفع این موضوع باعث شادتر شدن شما می شود.
- ۵- اگر پول، ماشین و خانه و ... برایتان مهم نبود، آیا احساس رضایت از زندگی فعلی تان دارید؟ این ها معیار صحیحی برای سنجش رضایت نیستند. بهتر است واقعی تر به زندگیمان نگاه کنیم
- ۶- آیا تا بحال با خود فکر کرده اید که فرد مهمی هستید و می توانید باعث تغییر در جهان و زندگی دیگران شوید؟
- ۷- چه چیزهایی شما را خوشحال میکند؟ اگر نمی دانید به چیزهایی که شما را ناراحت میکند فکر کنید و عکس آن فکر کنید...
- ۸- صبح هنگام بیدار شدن از خواب چگونه زندگی تان را شروع میکنید؟ دید شما نسبت به امروز، افکار مثبت یا منفی تان آیا هر روز به این فکر می کنید که امروز اتفاق خوبی در زندگی تان رخ می دهد؟
- ۹- آیا در زندگی تا منتظر اتفاقی هستید که زندگی شما متحول شود؟ خوب منتظر چی هستید شروع کنید ...