



مقاله

مردم در مورد شما چه فکر می کنند؟

در تحقیقی آمده بود که در خاکسپاری هر آدمی که زندگی طولانی به عنوان یک شهروند، دوست یا انسان خوب داشته، به طور متوسط، فقط ده نفر آن قدر به او اهمیت می دهند که برای اش گریه کنند.

یعنی کل عمرمان را کار می کنیم و جان می کنیم تا خوب باشیم و باعث خوشحالی و لذت بقیه شویم تا دست آخر فقط ده نفر آن قدر به ما اهمیت بدهند تا برایمان اشک بریزند.

البته یک نکته ی مهم را نباید فراموش کنیم که عامل اولی که تعیین می کند چند نفر در محل خاکسپاری تان حاضر می شوند...

آب و هوا است!

بله، یعنی اگر در روزی که بدن تان جزئی از زمین می شود، باران ببارد، بیش از پنجاه درصد از آنهایی که قرار بود به مراسم شما بیایند، مستقیم می روند به مهمانی های شان می رسند. واقعاً ترسناک است.

مهم نیست چطور زندگی کرده ایم، چقدر بخشیده ایم، دوسته داشته ایم، چقدر خوب زندگی کرده ایم، آب و هوا تعیین می کند که چند نفر در آخرین لحظاتی که بیرون از زمین هستید،



مقاله

مردم در مورد شما چه فکر می کنند؟

بالای سرتان می آیند.

با این وجود اکثر ما دائم به طرز فکر مردم درباره ی خودمان فکر می کنیم و کنترل احساسات نداریم. کنترل احساسات یعنی ببینید نظرات بقیه چقدر برای تان مهم است. در بیشتر مواقع، کنترل احساسات یعنی آن نظرات مهم نیستند.

کنترل احساسات، فوری باعث از بین رفتن اضطراب، نگرانی و ترس می شود. از نظر احساسی رهایی بخش است، ولی اثرش روی کسب و کارتان حتی از این هم عمیق تر است. راحت تر تصمیم های بهتری می گیرید و شفافیت جدیدی را کشف می کنید.

کنترل احساسات را می توان طوری دیگر توضیح داد و اسم آن را قانون ۱۸-۴۰-۶۵ می گویند.



مقاله

مردم در مورد شما چه فکر می کنند؟

قانون ۱۸-۴۰-۶۵:

وقتی هجده ساله هستیم، در مورد طرز فکر مردم نسبت به خودمان بیش از حد نگرانیم. به نظرت فکر می کند من بامزه ام؟ مرا دوست دارند؟ فلانی از دست ام عصبانی است؟ پشت سرم شایعه درست کرده اند؟

بعد، وقتی می رسیم به چهل سالگی، دیگر نگران شایعه ها و نظره‌های بقیه نیستیم. در نهایت از نگرانی درباره ی طرز فکر مردم نسبت به خودمان دست می کشیم.

ولی وقتی به شصت و پنج سالگی می رسیم تازه می فهمیم این مدت هیچکس واقعاً به ما فکر نمی کرده است.

بیا بید با واقعیت روبه رو شویم؛ مردم، اغلب مواقع به شما فکر نمی کنند؛ اگر هم به شما فکر کنند به این فکر می کنند که شما در مورد آنها چه فکر می کنید.

نباید تا ۶۵ سالگی منتظر باشید که متوجه این موضوع شوید. وقت زیادی از زندگی های مان را صرف نگرانی در مورد رد شدن از طرف بقیه می کنیم. در این دام نیفتید. احساساتتان را کنترل کنید. نگذارید آدم هایی که در زندگی تان مهم نیستند، مهم شوند.



مقاله

مردم در مورد شما چه فکر می کنند؟

آدرس مقاله در سایت:

<http://bplus2020.ir/what-people-think-2>

اگر دوست دارید دو کتاب جول اوستین را رایگان
دانلود کنید کافیست آدرس زیر را در مرورگر خود
وارد نمایید:

bplus2020.ir/joelbook

دانلود فیلم کامل جول اوستین:

goo.gl/gAtzBJ



مقاله

مردم در مورد شما چه فکر می کنند؟