

بررسی رابطه ایمان به خداوند و داشتن اعتماد به نفس در کسب موفقیت

مجله علمی پژوهش در روانشناسی، علوم تربیتی و علوم اجتماعی (سال ششم)
شماره ۲۲ / زمستان ۱۳۹۹ / ص ۸۸-۹۳

فاطمه درجی^۱، زینب خدری^۲، مریم اسماعیل زاده^۳

^۱دانشجوی کارشناسی علوم تربیتی دانشگاه فرهنگیان یاسوج

^۲دانشجوی کارشناسی علوم تربیتی دانشگاه فرهنگیان یاسوج

^۳دانشجوی کارشناسی علوم تربیتی دانشگاه فرهنگیان یاسوج

نویسنده مسئول:

فاطمه درجی

چکیده:

ایمان به خداوند و داشتن اعتماد به نفس دو مؤلفه مهم در کسب موفقیت محسوب میشوند و از یکدیگر اثر می پذیرند. رابطه مستقیم دارند و بسیاری از جهات زندگی ما را تعیین می کنند. بدین منظور؛ تثبیت ایمان به خداوند، معجزه سپاسگزاری، فیض خداوند، رابطه داشتن قدرت و اعتماد به نفس رابطه شکست و موفقیت، روابط با افراد جامعه، و رابطه اعتماد به نفس و موفقیت را در این مقاله مورد بررسی قرار دادیم. روش: توصیفی- کتابخانه ای.

کلیدواژه ها: ایمان به خداوند، اعتماد به نفس، موفقیت، شکست، فیض خداوند.

مقدمه:

ایمان به خداوند در سراسر زندگی ما اثر گذار است و بر تمام جهات زندگی اثر می گذارد. برای داشتن زندگی موفق و کسب موفقیت های بی شمار ایمان به خداوند لازم است چراکه زمامدار این جهان پناور و عظیم خداوند است و اوست که بر هر چیز اشراف و تسلط دارد. علاوه بر ایمان به خداوند، عامل دیگری نیز در کسب موفقیت مؤثر است و آن داشتن اعتماد به نفس است. اعتماد به نفس یعنی باور داشتن خود، باورداشتن توانایی ها و نعمت های خدادادی و استفاده مفید از آنها، و یا به عبارتی اتکا به خود و داشتن قدرت. برای داشتن اعتماد به نفس، ایمان به خداوند لازم و ضروری است. پرداختن به سایر مؤلفه ها نیز مهم است اما ما در این مقاله دو مؤلفه مهم یعنی ایمان به خداوند و اعتماد به نفس را در کسب موفقیت مورد بررسی قرار داده ایم. ایمان به خداوند تنها به صورت زبانی اثر گذار نیست بلکه با کمک کردن به دیگران و یاری رساندن آنها در قالب عمل اثر گذار خواهد بود. انسان ها برای داشتن زندگی بهتر به اعتماد به نفس بالا و کسب موفقیت نیاز دارند و ایمان به خداوند مکمل آنها است. با پرورش افکار مثبت و انرژی دو چندان می توان به این امر مهم دست یافت. ما با تمام موجودات در ارتباط هستیم و باید به آنان یاری برسانیم و این یاری رساندن ابتدا به خودمان باز می گردد و سپس به موجودات منتقل می شود. موفقیت در پرتو فیض الهی برای ما از قبل فراهم شده است به شرط آنکه تمام اتفاقات را به دید نعمت و فیض الهی بدانیم و بهترین بهره را از آنها ببریم. ایمان به خداوند موجب عبور ما از مشکلات میشود به شرط آنکه آنرا در قالب عملگرایی مثبت و همراهی انسان ها ثابت کنیم و در ایمانمان ثابت قدم باشیم. زمانی که این چنین باشیم، افکار منفی ما تبدیل به افکار مثبت میشود و سطح اعتماد به نفس مان نیز بالایی رود. آن زمان است که با در کنار هم قرار گرفتن تمام شرایط موفقیت مان تضمین میشود.

تثبیت ایمان به خداوند:

ایمان در تمام زندگی ام جریان دارد. نعمت ها را برای نسل های آینده حفظ خواهم کرد. نیکی ها و دوستی ها، زندگی ام را شکل می دهند. دیگران من را سرمشق خود قرار خواهند داد، زیرا انتخاب های درستی می کنم و با ایمان قدم بر می دارم. امروز فراوانی لطف پروردگارم من را احاطه کرده است (اوستین، بی تا: ۲۷). شاید برای مدتی ایمان ما در زمینه های مختلف کم رنگ و یا به مراتب کم تر شود، پس ما نیاز داریم تا ایمانمان تثبیت شود و از جای خود تکان نخورد تا ما را هر روز به اهدافمان نزدیک تر کند. تثبیت ایمان موجب می شود تا با اعتماد به نفس بیش تری به راه خود ادامه داده و دچار تزلزل نشویم. ایمانی را که داریم نه تنها برای خود بلکه باید برای نسل های بعد از خود نیز نگه داشته و تقویت نماییم. برای تثبیت ایمان، اعتماد به نفس نیز لازم است. چه چیزی می تواند در ما حس خوشایندی ایجاد کند تا ثابت قدم بمانیم و موفقیت ها را یکی پس از دیگری کسب کنیم. با کمک به دیگران نیز می توانیم ایمان خود را تثبیت کنیم. وقتی خودمان دارای موهبت های بی شمار هستیم چه اشکالی دارد که دیگران را نیز از آنها بهره مند سازیم. بخیل نباشیم، هر چه در توان داریم برای کمک به دیگران به کار بندیم. از علم و دانشی که داریم، از خلاقیت، از ایمان، از تفکر مثبت، از توان اقتصادی و مالی و هر آنچه در توان خود داریم به دیگران ببخشیم و الهام بخش آنان باشیم. چراغ راه دیگران بودن یا به عبارتی راهنمای آنان بودن به تثبیت ایمان ما کمک خواهد نمود چراکه تنها زبانی نیست، بلکه باید آن را در عمل نیز ثابت نماییم. ما نمیتوانیم به تنهایی از عهده مشکلات خود برآیم و آن ها را حل نماییم، پس باید در تمام موارد ابتدا و انتها کار خود را به خداوند وا گذاریم، خداوند است که می داند چه کاری و چه چیزی هایی به نفع ما خواهد بود. کافی ست به او اعتماد کامل داشته و توکل نماییم و قطعاً بدانیم روزی به تمام اهداف برنامه ریزی شده ی خود خواهیم رسید. گاهی می خواهیم و نمی شود و گاهی نمی خواهیم و می شود. آنچه ما را در ادامه راه امیدوار می کند توکل و امید به خداوند و قدرت لایزالش است.

معجزه سپاسگزاری:

پروردگار عزیزم، از تو سپاس گزارم که این جسمم، دستانم، پاهایم و قلبم را به من بخشیدی. از تو بابت همه ی انسان هایی سپاس گزارم که در زندگی ام حضور دارند. همچنین، از تو سپاس گزارم که به من توانایی بخشیدی تا به انسان های دیگر عشق بورزم، به آنان دل ببندم و با آنان همکاری کنم (فورد، ۲۰۱۸: ۲۵۲). هیچ چیزی به اندازه سپاسگزاری از نعمت های خداوند معجزه نمی کند. سپاسگزاری از نعمت های خداوند علاوه بر اینکه به شکل معجزاتی در زندگی خود را نشان می دهد، اثراتی نیز دارد که از جمله آنها می توان بالا رفتن سطح اعتماد به نفس و کسب موفقیت های روز افزون را نام برد. بارها شنیده ایم که شکر نعمت ها نعمت های بیشتری را برایمان به همراه می آورد و همچنان که ناسپاس همان نعمت هایی که داریم باشیم، آنان را نیز از دست خواهیم داد. شکر خالق نه تنها از نعمت ها و دارایی هایمان کم نخواهد کرد، بلکه بر آنها خواهد افزود. در عین حال که ما سپاسگزار خداوند و نعمت های بی کران او باشیم، در زندگی خود نیز معجزاتی

را به وضوح مشاهده خواهیم نمود. با کمک کردن به دیگران و یاری رساندن به آنها و الهام بخش بودن مسیر زندگی آنان در واقع سپاسگزاری خود را به خداوند ثابت خواهیم نمود.

فیض خداوند:

خب اگر من فیض خدا را با خود دارم، پس چرا این همه مشکلات در زندگی من وجود دارد؟ چرا این همه آدم هستند که در مسیر من سنگ می اندازند و با من مخالفت می کنند؟ چرا کسب و کار من رونقی ندارد؟ داشتن فیض به معنای این نیست که شما دیگر هیچ چالشی در زندگی نخواهید داشت، اما فیض آن چیزی است که می تواند کاری کند تا چالش ها نتوانند شما را شکست دهند (اوستین، بی تا: ۱۸). خداوند ما را اشرف مخلوقات خود قرار داده و به ما نیز فیض و توفیق الهی عنایت فرموده است. اما با وجود شکست هایی که در زندگی متحمل می شویم، فیوضات خداوند نیز همواره شامل حال ما خواهد بود. افراد جامعه گاهی اوقات و برخی افراد همواره چشم خود را به روی فیوضات خداوند می بندند. در حالی که اگر همین فیوضات و معجزات و امداد های خداوند نبود، زندگی سخت تر از آن بود که فکرش را می کردیم.

فیض خداوند هر لحظه شامل حال ما خواهد بود به شرط اینکه آن را نادیده نگیریم، به این صورت که؛ هر اتفاق خوب و بد را فیض خداوند دانسته و آنها را وسایلی در جهت پیشرفت خود بدانیم. ما انسان ها به اندازه حکیم و دانا نیستیم که شرایط و مشکلات را در کنیم و ادامه مسیر و آینده را ببینیم و تنها خداوند است که بر همه چیز اشراف و تسلط دارد. و وقتی به این موضوع ایمان پیدا کردیم پس باید بدانیم حتی اتفاقات ناخوشایند و ناگوار در زندگی مان بر حسب فیض الهی تعیین شده است که ما از آنها و چگونگی حل آنها آگاهی لازم را نداریم.

داشتن قدرت و اعتماد به نفس:

رسالت شما همانی است که خودتان برای خودتان در نظر می گیرید. زندگی شما همانی خواهد بود که خودتان می آفرینید و هیچ کس برای آن مورد قضاوت قرار نخواهد گرفت، نه الان و نه هیچ وقت دیگر (رودا، بی تا: ۲۴۷). وقتی که خود ما هستیم تا زندگی مان را بسازیم، لازم است تا قدرت و اعتماد به نفس لازم را نیز داشته باشیم. قدرت و اعتماد به نفس رابطه مستقیم و متقابل دارند و از یکدیگر تاثیر می پذیرند. اعتماد به نفس قدرت می آورد و قدرت، اعتماد به نفس را به دنبال دارد.

توجه به نعمت هایی که خداوند به ما داده، قدرت و اعتماد به نفس می بخشد. نگاهی به گذشته هم بد نیست البته نگاهی به موفقیت هایی که در گذشته نه چندان دور کسب کرده ایم. همه ی اینها باعث میشود قدرت و اعتماد به نفس لازم برای به دست آوردن موفقیت را کسب کنیم. زندگی همواره پستی و بلندی دارد و آنچه ما را ثابت قدم نگه می دارد و باعث میشود دچار پسرفت نشویم، داشتن قدرت و اعتماد به نفس است. دقیقا در این جا قدرت به معنای کم نیاوردن مقابل سختی ها و مشکلات زندگی و افکار زندگی ست. امام چرا افکار منفی نیز بیان میشود؟ دلیل اینست که افکار منفی خودشان چالش برانگیز و مشکل آفرینند و این افکار ما هستند که به زندگی جهت می دهند. شاید به این خاطر باشد که قبل از هر عمل، تفکری صورت می گیرد و سپس آن تفکر عمل می آفریند.

هر کتابی که جدیداً منتشر شده پرداختن به افکار منفی را منع می کند چرا که قدرت و اعتماد به نفس افراد را، پایین می آورد آن هم به نسبت قابل توجهی! همه انسان ها در عین حال که ضعیف آفریده شده اند قدرت لازم را نیز دارند تا به اوج کمالات، انسانیت، شرافت، موفقیت و هر آنچه می خواهند دست پیدا کنند

شکست و موفقیت:

اگر می خواهید چیزی به دشمنانتان بگویید آن را کف کفش هایتان بنویسید زیرا دشمنان زیر پاهایتان قرار دارند (اوستین، بی تا: ۱۸۱). ما همیشه پیروز خواهیم بود چون خداوند با ماست. پیروزی مقابل دشمنان یا مشکلات فرقی نمی کند در هر صورت ما پیروز خواهیم بود. پیروزی مقابل افکار منفی و شکست آن ها، ما را به کسب موفقیت و رسیدن به اهدافمان یاری خواهد نمود. پس شکست دادن افکار منفی نیز، یک دستاورد مهم و پیروزی بزرگ محسوب می شود. چراکه همین افکار منفی هستند که ما را از رسیدن به اهدافمان باز داشته و انواع بیماری جسمی و روحی را برایمان به همراه می آورد. همیشه به همین صورت بوده است، شکست موفقیت را به همراه دارد و جاده موفقیت نیز شکست هایی را تجربه خواهد کرد. این ما هستیم که باید این قانون طبیعت را بپذیریم و به راه خود ادامه دهیم.

مردم را به طور دقیق مورد بررسی قرار دهید، آنگاه خواهید دید که افراد ناموفق از یک بیماری فکری رنج می برند. ما این بیماری را بهانه جویی می نامیم. در ابتدای هر شکستی شکل پیشرفته ی این بیماری به چشم میخورد و اکثر افراد متوسط حداقل یک مورد از این بیماری را دارند (شوارتز، بی تا: ۳۹). ما می گوئیم بهانه جویی ها را باید کنار گذاشت تا به موفقیت رسید. سختی ها نباید ما را از ادامه راه باز دارند.

همین بهانه جویی ها و تکرار عبارت هایی چون: من نمیتوانم، کار سخت است، دیگر نمیتوانم ادامه دهم، شرایط مهیا نیست و...، همه اینها بهانه جویی هستند و به ذهن ما و سپس زبان ما راه پیدا کرده اند تا ما را از ادامه راه باز دارند. میتوانیم با کنار گذاشتن بهانه جویی ها، شکست ها را تبدیل به موفقیت نماییم.

روابط با افراد جامعه:

ساندرا ری متخصص تولد دوباره که کارهای زیادی در زمینه روابط انجام داده است، ادعا می کند که هر رابطه مهمی که داریم بازتاب رابطه ای است که ما با یکی از والدین خود داریم. او همچنین می گوید: تا زمانی که رابطه نخستین را پاک و روشن نکنیم هرگز برای ایجاد روابطی که می خواهیم آزاد نخواهیم بود (هی، ۱۹۲۶: ۱۳۰).

روابط ما را می سازند. تقریباً میتوان گفت که زندگی ما تحت تاثیر روابط است. و باید دقت کنیم تا با هر نوع افرادی در جامعه دست دوستی نبندیم. این خود ما هستیم که میتوانیم تعیین کنیم با چه کسانی دوست شویم. افراد مثبت اندیش یا منفی نگر؟! دوستی و ایجاد رابطه با افراد مثبت اندیش و آینده نگر ما را به موفقیت نزدیک تر می کند. افراد میتوانند چراغ راه ما باشند اینکه ما را درون چاه بیندازند. باید مراقب باشیم تا هر نوع عملی یا تفکر اشتباهی از ما به دیگران منتقل نشود و هرآنچه به دیگران منتقل می کنیم از نوع مفید و مثبت باشد. زمانی که این چنین باشیم فردی قدرتمند خواهیم بود.

اعتماد به نفس و موفقیت:

با برچسب زدن به یک اتفاق یا موقعیت، در واقع همان احساس در ما ایجاد می شود. نمونه بارز این واقعیت در بیماری ها مصداق دارد. مطالعات نشان می دهد تشخیص سرطان و بیماری های قلبی اغلب موجب وحشت، ناامیدی و افسردگی بیماران می شود و سرانجام به تضعیف سیستم ایمنی منجر می شود. برعکس طبق بررسی ها اگر بیماران از شرایط لازم برای بهبود مطلع و آسوده خاطر باشند، سیستم ایمنی بدنشان قویتر می شود. دکتر نورمن کازینز در مورد تاثیر واژگان می گوید: واژگان می توانند باعث بیماری و حتی مرگ شوند. بنابراین پزشکان خردمند در کاربرد کلمات دقت بیشتری دارند. در انتخاب واژگانی که برای توصیف سلامتی استفاده می کنید دقت کنید (رابینز، ۱۹۶۱: ۹۷). هنگامی که ما با اعتماد به نفس زندگی کنیم و به تلاش های خود در جهت رسیدن به اهدافمان ادامه دهیم، موفقیت های بی شماری نصیبمان خواهد گردید، چراکه اعتماد به نفس انرژی مضاعفی را به ما خواهد داد.

نتیجه گیری:

از این مقاله نتیجه می گیریم که ایمان به خداوند و اعتماد به نفس در کسب موفقیت اثر گذارند و از یکدیگر نیز تاثیر می پذیرند. ایمان به خداوند اعتماد به نفس را به دنبال دارد و پس از عبور از مراحل سخت و مشکلات و افکار منفی، ما را به موفقیت می رساند. همه چیز بستگی به خودمان دارد که این عوامل تاثیر گذار را به کار ببندیم یا اینکه آنها را زیر پا بگذاریم. موفقیت راهی یک شبه نیست، بلکه مراحل را باید پشت سر گذاشت تا به آن نائل شد. هیچ چیز در این جهان اتفاقی و بدون هدف نیست؛ بنابراین اگر می خواهیم به موفقیت رست پیدا کنیم باید طبق هدفمندی خاصی حرکت کرده و عواملی که تاثیر گذاری فوق العاده ای دارند را سرلوحه کار خود قرار دهیم، مانند: ایمان به خداوند و داشتن اعتماد به نفس. این دو مؤلفه اثرات دیگری نیز دارند و از عوامل دیگری نیز تاثیر خواهند پذیرفت.

منابع:

- ۱- اوستین، جوئل. (بی تا). قدرت من هستم. ترجمه فاطمه اسماعیلی. قم: انتشارات آوای شمال. ۱۳۹۸.
- ۲- اوستین، جوئل. (بی تا). باز هم خدا هست. ترجمه علی محمدی مطلق. تهران: آندیا گستر. ۱۳۹۹.
- ۳- اوستین، جوئل. (بی تا). قدرت فیض. ترجمه فریبا جعفری نمینی. تهران: نسل نو اندیش. ۱۳۹۸.
- ۴- رابینز، آنتونی. (۱۹۶۱). گام های کوچک برای موفقیت های بزرگ. ترجمه سمیه موحدی فرد. قم: بو کتاب. ۱۳۹۶.
- ۵- روندا، برن. (بی تا). راز. ترجمه نازنین ابراهیمی. تهران: نسل نو اندیش. ۱۳۸۶.
- ۶- فورد، دبی. (۲۰۱۸). آسمان پر ستاره ی وجود. ترجمه سیما فرجی. تهران: نسل نو اندیش. ۱۳۹۷.
- ۷- شوارتز، دیوید جی. (بی تا). جادوی فکر بزرگ. ترجمه طوبی مردانی. تهران: ریواس. ۱۳۹۷.
- ۸- هی، لوئیز ال. (۱۹۲۶). شفای زندگی. ترجمه مریم کاظمی. تهران: سپهر ادب. ۱۳۹۰.