

سلامتی، شادابی و پژوهش محوری در باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان

پیام فرهنگی شماره ۲۳

در بیست و دو پیام فرهنگی گذشته به مفهیمی چون ابعاد مختلف سلامتی و نقش آن در خلاقیت و نوآوری، حیطه های گوناگون هوشمندی، هوش هیجانی و م دیریت استرس ها و هیجانات پرداختیم . در ضمن اشاره ای داشتیم بر اینکه در فوآیند خود مدیریتی ، تقویت آگاهی و خواست صمیمانه ، پیش شرط های موفقیت هستند . حال اگر به این آگاهی و خواست برای زندگی موفق، پربار و رضایت بخش رسیده ایم، چه خوب است که راه های عملی آن را بشناسیم و با تلاش مستمر تمرین و تلاش کنیم تا به نتیجه برسیم . نا گفته نماند که نتیجه خوب میتواند حاصل هر لحظه از زندگی ما باشد . به قولی خوشبختی در سه جمله خلاصه می شود : تجربه از دیروز، استفاده از امروز و امید به فردا.

از تمرین و ممارست گفتیم که برای رسیدن به هر هدفی ضروری است شاید سوال شود که برای چنین امری انرژی کافی را چگونه و از کجا کسب کنیم؟ پاسخ بسیار ساده است *** انرژی بیکران را خداوند در وجود همه ما به ودیعه گذارده ، تنها عشق و ایمان است که موجب شکوفایی آن می شود و اطمینان و اعتماد به توانایی هایمان که لا یزال و شگفت انگیز است . کافی ست به هر پدیده طبیعی در پیرامون خود کمی دقت و توجه کنیم، اگر در آن شکوه و عظمت را می بینیم ، پس در خود به عنوان اشرف مخلوقات مطمئن باشیم هر آنچه را که بخواهیم به زیبایی و کمال وجود دارد ممکن است غباری از بد بینی، یاس و یا نا امیدی گاهی موجب شود که ما آنچه را که به واقع وجود دارد نبینیم . اما این فقط حالتی گذراست و به هیچ وجه نایستی موجب تردید در شکوهمندی و رحمت هستی شود . انگیزش و عمل مؤثر بحث های بعدی ما خواهد بود.....