Xoşbəxtlik düsturu

Bugünlərdə, Forbes Rusiyadan çox maraqlı bir yazı oxudum: “Müasir insan niyə xoşbəxt ola bilmir?”. Sual əslində məni çox düşündürdü və yazının təsirindən bir neçə digər qaynaqlardan araşdırmalar etdim… maraqlı məqam burasındadır ki, insanlar hər keçən il, öz həyat keyfiyyətlərini yaxşılaşdırsalarda, xoşbəxt deyillər. İstəyirəm sözü gedən mövzu barədə düşüncələrimizi video-blog formasında Sizlərə təqdim edim…

Xoşbəxtlik düsturu çox zaman, bizim düşündüyümüz şeylərin kənarında olur. Bunu müşahidə edə bilmədiyimiz üçün, xoşbəxtliyimizə kölgə düşür? Bilmirəm. Çox vacib, vacib olduğu qədərdə əhəmiyyətli mövzudur. Bəzən bizə elə gəlir ki, xoşbəxtçilik biznes uğurları və ya hansısa bahalı avtomobilin əldə edilməsidir. Elədirmi? Bilmirəm…

Azərbaycanımızın çox mükəmməl bir üstünlüyü var – biz günəşli ölkədə yaşayırıq. Bu çox yaxşıdır, günəş insanı daha çox xoşbəxt edir, necə dəyərlər… günəş insanın xoşbəxtlik hormanları ilə “dost”dur. Bəlkə buna görə, Skandinaviya ölkəri çox xoşbəxt olsalarda (riyazi hesablamarla), intiharlar sayına görə dünya “birinciləridir”. Düşünmək lazım… bəlkə onlara günəş çatışmır?! Bəlkə əslində insan xoşbəxtçiliyi üçün vacib olan günəşdir – pul boş şeydir!?

Digər bir məsələ, Bakıda bulvarda sakit-sakit heç gəzmisiniz? Necə olur? Mən şəxsən ən stresli vaxtlarımda belə Bakı Bulvarında gəzəndə inanılmaz müsbət enerji alıram – xoşbəxt olmaq istəyirəm, oluram! Həyatımızda baş verən butün detallar, əslində bizim xoşbəxtçiliyimizə təsir edir… amma ən az təsir edəni maddiyatlardır. İnsan maddi dəyərlərin üzərində xoşbəxt ola bilmir, necə ki, biznesdə işçinin pulla uzunmüddət motivasiya etmək mümkün olmur. Pul qutaran ki, azalan kimi, motivasiya elə həddi çatır ki, məcbur olub çıxarırsan işdən və s.

Video blogda deyildiyi kimi, müşahidələrimizə görə xoşbəxtçilik üçün 3 ana vasitə – səbəb olur. Bu vasitələr üzərində biz öz xoşbəxtçiliyimizi yarada, çoxalda bilərik. Mən bu yazıdan sonra, sözü gedən metoda diqqət etməyə başlayacam. Buyurun… Sizdə istəsiniz sınayarsınız. Nəticə müsbət olsa, mənədə yazın. Bəlkə oxuyub, mən daha xoşbəxt olaraq, hə?)

ƏLAVƏ OXUMAQ ÜÇÜN:

- Fərqli formatlarda düşünün
- Narazı insanlar barədə
- Ali məktəb diplomu lazımdır?