

چرا از موفق شدن می ترسیم و چگونه بر آن غلبه کنیم؟



تغییر در وجود هر کسی باعث ترس و وحشت می شود حتی اگر برای رسیدن به موفقیت باشد. ترس از موفقیت ذهن و ضمیر درونی را چنان درگیر خودش می کند که شروع هر کاری همیشه با شک و دودلی همراه است. ترس از موفق نشدن باعث می شود تا تمرکز خوبی روی اهداف خود نداشته باشیم.

اما شاید مقصر اصلی در این برهه از زمان فقط ضمیر ناخودآگاه تان باشد. همان جایی که تمام موفقیت ها و شکست ها از آنجا سرچشمه می گیرد. اگر آنچنان قدرتمند باشید که ضمیر درونی تان را تحت کنترل خود داشته باشید به وضوح می توانید موفقیت های خود را به چشم ببینید اما اگر نتوانید این ضمیر سرکش خود را تحت اختیار خود داشته باشید به راحتی موفقیت ها را با شکست عوض خواهید کرد. همین مورد کافی است تا همیشه لب به شکایت بردارید و دیگران را مقصر موفق نشدن هایتان بدانید.

اما یک سوال جالب پیش می آید که افراد ناموفق از خودشان می پرسند:

چرا هر روز به خود تلقین های مثبت می دهم اما هیچ اتفاقی نمی افتد؟

خیلی از مردم هستند که شب و روز به خود اینگونه تلقین می دهند:

✓ من آدم ثروتمندی هستم

✓ من موفق هستم

✓ زندگی من سرشار از مهر و محبت خداوند است

✓ زندگی من از ثروت سرشار است

✓ من در پول و ثروت غرق هستم

✓ و ...

این اشخاص به صورت روزانه این تلقین های مثبت را انجام می دهند اما اتفاقی که نمی افتد هیچ، روز به روز به بدبختی هایشان هم اضافه تر می شود. این اشخاص در ظاهر این تلقین های مثبت را به خودشان می دهند اما در واقعیت فقط خودشان را گول می زنند و از موفقیت یک ترس و واهمه ی خاص دارند و به نوعی از تغییرات می ترسند. افراد ناموفق خودشان را لایق موفقیت نمی دانند و همیشه از ناامیدی ها، نداری ها و چیزهایی که تا به حال نداشته اند صحبت می کنند و حتی در بیشتر مواقع هم اجازه نمی دهند دیگران به موفقیت برسند.

اما یک سوال جالب دیگر:

چرا راهی که دیگران رفته اند و به موفقیت رسیده اند برای ما موفقیتی به همراه ندارد؟

هیچ شکی در این موضوع وجود ندارد که همه ی ما انسان ها دوست داریم مسیرها و تجربه هایی که به موفقیت ختم می شود را برای دیگران بازگو کنیم اما تنها مشکلی که وجود دارد این است که هر مسیری به موفقیت ختم نمی شود. چرا که دیگران بیشتر به صورت ناخواسته و ندانسته ترس از شکست خوردن را در دل شما می اندازند.

به طور مثال پدر و مادرها در زمان کودکی به فرزندانشان می گویند: این خیلی خوبه که تو بخوای این کار رو انجام بدی اما تصور کردی که اگر نتوانستی انجامش بدی بد جور شکست می خوری و همه چیز تو از دست میدی؟

در این طور مواقع اگر مقداری جرأت و اعتماد به نفسی هم داشته باشد به طور کل از بین می رود به خاطر اینکه یک جمله که بار منفی زیادی دارد به ضمیر ناخودآگاهش حمله کرده است و همین باعث می شود تا همیشه از رقابت کردن و رسیدن به موفقیت، ترس داشته باشد و ترس از موفقیت از همین دوران کودکی شروع می شود.

جایی که هنوز شخصیت کودکان شکل نگرفته است و ما پدر و مادرها بدون اینکه بدانیم و کاملاً ناخواسته کودکان خود را ضعیف و با اعتماد به نفس پایین بار می آوریم که از پس کوچکترین کارها هم بر نمی آیند. چون خود پدر و مادرها هم با ذهن فقیر و بیماری که از دوران کودکی تا به حال که در بزرگسالی هستند زندگی کرده اند.

کودکان ما اگر کار اشتباهی انجام دهند آنقدر مورد سرزنش پدر و مادرها قرار می گیرند که نمی دانند راه خوب چیست و راه بد کجاست. کودکان ما در کودکی اختیاری از خود ندارند و تا دست به چیزی می زنند می گویند: **نکن بچه خراب میشه، این کار و نکن بچه، بچه دست نزن برو اونور.**

انگیزه ی کودکان از همین دوران شکل می گیرد. اگر نتوانید این انگیزه را افزایش دهید نه تنها در کودکی بلکه در بزرگسالی هم نمی تواند به موفقیت برسد چرا که از موفق شدن ترس دارد و حس کنجکاوی به وی اجازه نمی دهد که به سمت موفقیت قدم بردارد.

اما شاید اصلی ترین دلیل برای ترس از موفقیت این است که چون به راحتی به موفقیت نمی رسیم ضمیر ناخودآگاه مان به ما دستور می دهد دست از موفقیت خود برداریم و همین دلیل کافی است تا یک ترس بزرگ در وجود ما نهفته باشد و روز به روز هم در ضمیر ناخودآگاه ما ریشه بدواند.

تیم "**کافه نیاز**" در این مقاله مایل است ترس هایی که باعث می شود در چند قدمی رسیدن به موفقیت از آن کناره بگیرید را برای شما شرح دهد. شاید با دانستن این ترس ها راه های غلبه بر آن را هم پیدا کنید.
با ما همراه باشید

ترس اول: ترس از برچسب زدن های مردم



شاید این نوع ترس برای شما مقداری نا آشنا باشد اما یکی از عمومی ترین ترس ها همین ترس است. ما انسان ها چون از حرف ها و برچسب هایی که قرار است در آینده به ما بزنند هیچگاه حرکت نمی کنیم و برای موفقیت های خود سعی و تلاش نمی کنیم.

به طور مثال فرض کنید قرار است یک کسب و کار راه اندازی کنید که هم مورد علاقه ی شما هست و هم توانایی و مهارت آن را دارید. اما مردم این را نمی دانند که با سعی و تلاش فراوان به این نقطه رسیده اید و وقتی شما را غرق در ثروت می بینند به شما برچسب هایی مانند خودخواه، پول دوست، پول پرست، دزد و هزار جور برچسب دیگر می زنند و همین باعث می شود تا شما دست از رسیدن به موفقیت خود بردارید.

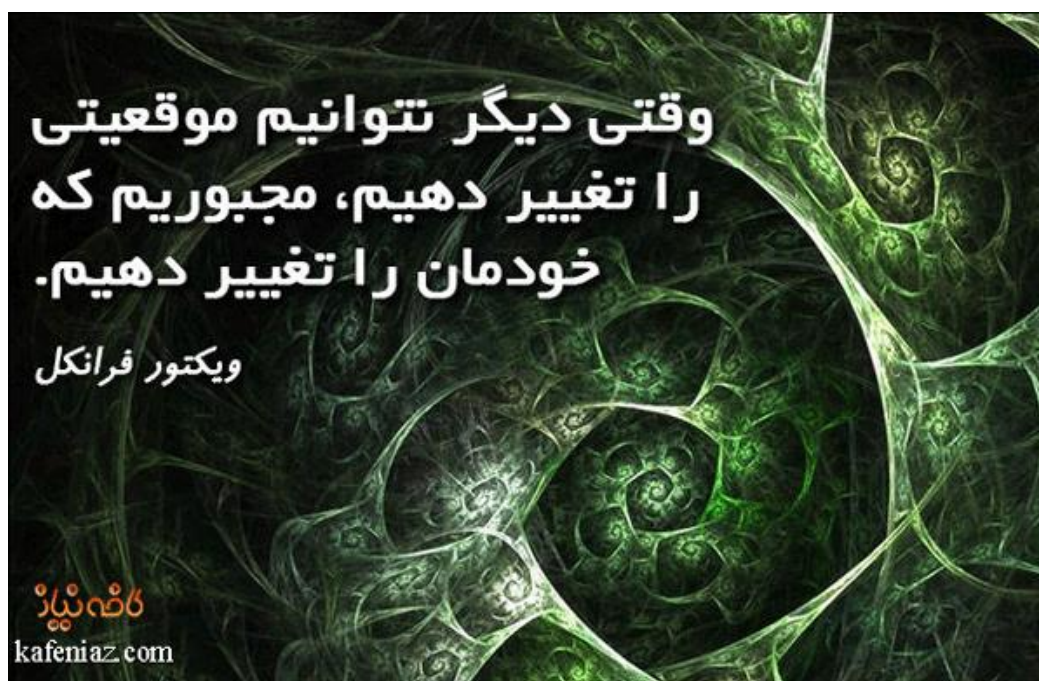
اما به نظر شما راه حل غلبه بر این ترس چیست؟

در هر حالی که باشید مردم حرف خودشان را می زنند. اگر [ثروتمند](#) یا فقیر باشید به هر حال پشت سرتان حرف می زنند و برایشان هیچ فرقی نمی کند. در اینجا این شما هستید که باید دقت فکر کنید و تمرکز خودتان را از دست ندهید و این را بدانید که حرف مردم هیچ ارزشی ندارد.

مردم برای شما هیچ کاری نمی کنند، آنها قرار نیست خرج زندگی شما را بدهند، آنها قرار نیست در موفقیت ها و ثروت شما شریک باشند، آنها قرار نیست به شما بگویند چه کاری را انجام دهید و چه کاری را انجام ندهید. سعی کنید این نکته را فراموش نکنید:

رسیدن به موفقیت زمانی امکان پذیر است که دیگران بگویند شما نمی توانید و در این هنگام شما باید تلاشتان را دو برابر کنید و به آنها بفهمانید که این کار شدنی است.

ترس دوم: ایجاد تغییرات کوچک و بزرگ در زندگی



تغییر همیشه و در هر حالی و برای هر کسی می تواند ترسناک باشد. از اینکه بخواهید از دایره ی راحتی خودتان بیرون بیایید و به دنبال موفقیت باشید می ترسید. از اینکه بخواهید تغییر بزرگی در زندگیتان به وجود بیاورید می ترسید. فرقی نمی کند برای چه کسی باشد حتی برای موفق ترین افراد هم شروع یک کار جدید و تغییرات جدید می تواند ترسناک باشد چرا که یک چالش جدید است.

اگر خواهان موفقیت های پی در پی هستید باید از دایره ی راحتی بیرون بیایید و ترس از تغییر را کنار بگذارید و تنها راه حل این موضوع این است که با ترس هایتان روبرو شوید. اگر از این می ترسید که وقتی [افکارتان را تغییر](#)

دهید چه اتفاقی خواهد افتاد برای یک بار هم که شده این کار را انجام دهید. برای یک بار مثبت فکر کنید تا نتیجه ی آن را ببینید. اگر از راه اندازی یک کسب و کار و شروع یک چالش جدید می ترسید از همین الان این ترس را کنار بگذارید و کسب و کار خود را راه اندازی کنید تا ترستان بریزد.

تغییر در هر چیزی می تواند یکی از مهمترین چالش های زندگی شما باشد و به طور حتم این شگفت انگیزترین لحظه ی زندگی شما خواهد بود. اگر اهدافتان را همیشه پیش چشم خود داشته باشید به طور حتم برای رسیدن به آن خودتان را مجبور خواهید کرد که تغییر کنید.

ترس سوم: ترس از دیده شدن و مشهور شدن



یکی از ترس های که می تواند مانعی برای نرسیدن به موفقیت باشد، ترس از دیده شدن یا همان مشهور شدن است. برخی از مردم چون از به چشم آمدن ثروتشان و یا به چشم آمدن خودشان می ترسند هیچگاه حرکتی نمی کنند و همین باعث می شود تا هرگز دست به اقدامی نزنند چرا که به خودمان می گوییم: **این همه تلاش کردن ارزش این را ندارد که مشهور شویم پس در گمنامی بمانم بهتر است.**

این تصور و تفکر یک فرد مریض است که نمی تواند بر ترس هایش غلبه کند و همیشه در گمراهی و دو راهی می ماند. اینکه خودتان را کم اهمیت جلوه دهید وحشتناک است. سعی کنید از زندگی لذت ببرید و با مشهور شدن و به چشم آمدن به یک پرسونال برندینگ قوی تبدیل شوید.

در اصل شما از مردم می ترسید نه از مشهور شدن و به چشم آمدن. پس این فقط می تواند یک بهانه بیشتر نباشد. این یک **بهانه** بیشتر نیست که خودتان را کوچک بشمارید که مبدا مشهور شوید و دیگران به زندگی خصوصیتان سرک بکشند. باید سعی کنید مانند یک کودک باشید که وقتی آرزو می کند دوست دارد یک کشتی یا هواپیما داشته باشد. آرزوهای شما باید آنقدر بزرگ باشد که انگیزه ای دو چندان برای رسیدن به آن داشته باشید. باید آرزوی مشهور شدن را داشته باشید تا در ناز و نعمت و ثروت زندگی کنید نه در فقر و گمنامی.

سخن آخر

تمام ترس ها ناشی از ضمیر ناخودآگاهی است که نمی توانید آن را کنترل کنید. با کنترل کردن آن به راحتی می توانید بر ترس های خود غلبه کنید و گامی بلند به سوی موفقیت بردارید. سعی کنید از همین الان تلقین های مثبت بدهید و قدم در راهی بگذارید که دیگران از آن فرار می کنند.