

MĀ•TE Ā ĀASTNĀ• DEN?

ĀsterĀ½, 12 zĀĭĀ™Ā- 2017

NĀ›kdo se narodí pod šĀ›astnou hvĀ›zdou, nĀ›kdo je smolaĀ™ celý Ā›ivot. Ale kdyĀ¼ chcete, mĀ›Ā›ete to zmĀ›nit. štĀ›stí nemusí mít jen ten, kdo prostĀ› “má” štĀ›stí. PĀ™edstavte si, Ā›e na ulici najdete peníze. pomyslíte? Napadne vás “mám dnes ale šĀ›astný den”?

Nebo nad tím prostĀ› jen mávnete rukou? NĀ›kteĀ™í lidé vĀ›Ā™í ve štĀ›stí a svĀ›j šĀ›astný den víc neĀ›pĀ™irozenými optimisty a mají pozitivní pohled na Ā›ivot. Víra, Ā›e všechno dobĀ™e dopadne, a oni mají v Ā›ivotĀ› štĀ›stí, se nazývá tvoĀ™ení si “pozitivní iluze”. Je to zpĀ›sob vnímání svĀ›ta, a víra v to, Ā›e oni jsou dĀ› štĀ›stĀ›ny a svĀ›t je jim vĀ›dy naklonĀ›n v jejich prospĀ›ch. VĀ›Ā™í, Ā›e všechno bude fajn, Ā›e mají ko osudem, Ā›e jsou schopni všechno zvládnout. Pokud jste nĀ›kdy vidĀ›li sebevĀ›domou Ā›ivavu zbĀ›sile štĀ›ka mnohem vĀ›tšího psa, víte pĀ™esnĀ›, co mám na mysli. Logika nám Ā™íká, Ā›e jistota absolutního úspěĀ›chu není reálná, ale víra v sebe sama zapĀ™íĀ›iní, Ā›e Ā›lovĀ›k je v klidu, vĀ›Ā™í si a tím pádem funguje lépe, výkonnĀ› a rozhodnĀ› úspěĀ›šnĀ›. Co kdyĀ¼ ale nejste zaloĀ›ením zrovna bojovná Ā›ivava, ale spíš ten, kdo potkává Ā›ernou koĀ›ku v podstatĀ› je pro nĀ›j stále pátek tĀ™inĀ›tého? Co s tím? Lze to nĀ›jak zmĀ›nit – je moĀ›né “jít štĀ›stí naproti”? Víra, Ā›e dnes máme šĀ›astný den, je prvním nezbytným krokem, abychom skuteĀ›nĀ› šĀ›ast den proĀ›ili. JestliĀ›e jste v depresi, protoĀ›e jste se právnĀ› rozešli s partnerem, budete vidĀ›t šĀ›astné páry za kaĀ›dým rohem. TĀ›hotná Ā›ena stejnĀ› tak najednou vidí všude další tĀ›hotné Ā›eny. Maminka šilháĀ›ka vidí všechny šilhavé dĀ›ti... Jednoduše - jak se vám nĀ›co stane, tak najednou vidíte podobné situace všude kolem sebe. Tento jev se nazývá “potvrzená zaujatost”, neboli tendence vidĀ›t a interpretovat svĀ›t zpĀ›sobem, který potvrdí vaše zkušenosti a názory. Se štĀ›stím je to úplnĀ› stejné. MĀ›Ā›ete napĀ™íklad vidĀ›t sportovce, kteĀ™í vĀ›Ā™í, Ā›e štĀ›stí jim pĀ™inese jen opakovaný pĀ› rituál. JedinĀ› tak mĀ›Ā›ou vyhrát. To, Ā›e mnohokrát prohráli, i kdyĀ¼ rituál pĀ™esnĀ› dodrĀ›eli, se ignoruje, dĀ›leĀ›itě je kdy jim rituál k výhĀ™e pomohl. Jen tak si mohou zajistit další výhru… TotéĀ¼ platí i pro štĀ›stí. KdyĀ¼ si vytvoĀ™íme vhodné okolnosti, které nás pĀ™esvĀ›dĀ›í, Ā›e máme právnĀ› šĀ›astný den, budeme tomu vĀ›Ā™it a po se chovat. TakĀ›e pokud vĀ›Ā™íme, Ā›e máme štĀ›stí, riskneme tĀ™eba na velké konferenci Ā™íct vtíp, na který by jinak netroufli, Ā›i hrát ve sportu úder, které tak stoprocentnĀ› nemáme zvládnuté. Takovéto víĀ™e ve štĀ›stí se Ā™íká “sebenaplĀ›ující se proctví”.

Tato sebenaplĀ›ující proroctví jsou právnĀ› tím dĀ›vodem, proĀ› talismany a rituály fungují. Zvyšují vaš sebejistotu a víru v sebe sama. Ā›elovĀ›k mající s sebou svou králíci packu, pĀ™ívĀ›sek, nebo cokoli jiného, bude pravdĀ›podobně jednat daleko jistĀ›jším zpĀ›sobem, mĀ›Ā›e více riskovat, protoĀ›e si vĀ›Ā™í, Ā›ímĀ¼ zvyšuje svĀ›j výkon a vyší pravdĀ›podobnost úspěĀ›chu - a následnĀ› vyší víru ve svĀ›j šĀ›astný talisman.

PĀ™esnĀ› tohle bylo potvrzeno jednou vĀ›deckou studií. ÚĀ›astníci studie mĀ›li deset pokusĀ› se strefit golfovým míĀ›kem do vzdálenosti zhruba tĀ™í metrĀ›. PĀ™í pĀ™edávání golfového míĀ›ku bylo polovinĀ› úĀ›astníkĀ™ Ā™eĀ›eno: "Podle dneš výsledkĀ› to musí být šĀ›astný míĀ›ek", zatímco druhé polovina bylo jednoduše sdĀ›leno, "Tady je míĀ›ek, co všichni pouĀ›íváme." No, a je jasné, Ā›e skupina se “šĀ›astným míĀ›kem” se do jamky strefila v průmĀ›ru 1,5 krát vícekrát než skupina s míĀ›kem normálním. Jen prostá víra, kdyĀ¼ nĀ›kdo Ā™ekl, Ā›e toto je “šĀ›astný míĀ›ek”, zapĀ™íĀ›inila vyší úspěĀ›nost. Ovšem je dĀ›leĀ›itě vy si správné myšlení o štĀ›stí. ŠtĀ›stí není teĀ› a navĀ›dy. A rozhodnĀ› není náhodné. NĀ›kdo Ā™íká: "Já mám smĀ›lu v lásce" nebo "Já jsem šĀ›astný chlap, vĀ›dycky vyhraju". Ten, kdo bere štĀ›stí jako trvalý stav, se mĀ›Ā›e velice snadno dostat do potíĀ›í. ŠtĀ›stí není osud. ŠtĀ›stí se musí brát jako šance, kte buĀ› vyuĀ›ijete…nebo ne. ŠtĀ›stĀ›na zaĀ™ídí, Ā›e si vedle vás v autobuse sedne krásný neznámý, ale jen vy s rozhodnete, zda ho oslovíte… TakĀ›e – hodnĀ› štĀ›stí vám všem! GRĒTA