

MĀ•TE Ā ĀASTNĀ• DEN?

ĀsterĀ½, 12 zĀĭĀ™Ā- 2017

NĀ›kdo se narodí pod šĀ†astnou hvĀ›zdou, nĀ›kdo je smolaĀ™ celý Ā¾ĭvot. Ale kdyĀ¾ chcete, mĀ-Ā¾ete to zmĀ›nit. štĀ›stí nemusí mít jen ten, kdo prostĀ› “má” štĀ›stí. PĀ™edstavte si, Ā¾e 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 neĀ¾ pĀ™irozenými optimisty a mají pozitivní pohled na Ā¾ĭvot. Víra, Ā¾e všechno dobĀ™e dopadne, a oni mají v Ā¾ĭvotĀ› štĀ›stí, se nazývá tvoĀ™ení si “pozitivní iluze”. Je to zpĀ™sob vnímání svĀ›ta, a víra v to, Ā¾e oni jsou dĀ› štĀ›stĀ›ny a svĀ›t je jim vĀ›dy naklonĀ›n v jejich prospĀ›ch. VĀ›Ā™í, Ā¾e všechno bude fajn, Ā¾e mají ko osudem, Ā¾e jsou schopni všechno zvládnout. Pokud jste nĀ›kdy vidĀ›li sebevĀ›domou Ā›ivavu zbĀ›sile štĀ›k mnohem vĀ›tšího psa, víte pĀ™esnĀ›, co mám na mysli. Logika nám Ā™íká, Ā¾e jistota absolutního úspĀ›chu není reálná, ale víra v sebe sama zapĀ™íĀ›iní, Ā¾e Ā›lovĀ›k je v klidu, vĀ›Ā™í si a tím pádem funguje lépe, výkonnĀ› a rozhodnĀ› úspĀ›šnĀ›. Co kdyĀ¾ 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, Ā¾e dnes máme šĀ†astný den, je prvním nezbytným krokem, abychom skuteĀ›nĀ› šĀ†ast den proĀ›ili. JestliĀ¾e jste v depresi, protoĀ¾e jste se právnĀ› rozešli s partnerem, budete vidĀ›t šĀ†astné páry za kaĀ›dým rohem. TĀ›hotná Ā¾ena stejnĀ› tak najednou vidí všude další tĀ›hotné Ā¾eny. 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-Ā¾ete napĀ™íklad vidĀ›t sportovce, kteĀ™í vĀ›Ā™í, Ā¾e štĀ›stí jim pĀ™inese jen opakovaný pĀ™ rituál. JedinĀ› tak mĀ-Ā¾ou vyhrát. To, Ā¾e mnohokrát prohráli, i kdyĀ¾ rituál pĀ™esnĀ› dodrĀ¾eli, se ignoruje, dĀ›leĀ›itě je kdy jim rituál k výhĀ™e pomohl. Jen tak si mohou zajistit další výhru… TotéĀ¾ platí i pro štĀ›stí. KdyĀ¾ si vytvoĀ™íme vhodné okolnosti, které nás pĀ™esvĀ›dĀ›í, Ā¾e máme právnĀ› šĀ†astný den, budeme tomu vĀ›Ā™it a po se chovat. TakĀ¾e pokud vĀ›Ā™íme, Ā¾e máme štĀ›stí, riskneme tĀ™eba na velké konferenci Ā™íct vtíp, na který by jinak netroufli, Ā›i hrát ve sportu údery, 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›lovĀ›k mající s sebou svou králíci packu, pĀ™ívĀ›sek, nebo cokoli jiného, bude pravdĀ›podobnat daleko jistĀ›jším zpĀ™sobem, mĀ-Ā¾e více riskovat, protoĀ¾e si vĀ›Ā™í, Ā›ímĀ¾ zvyšuje svĀ›j výkon a vyší pravdĀ›podobnost úspĀ›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 d vzdálenosti zhruba tĀ™í metrĀ›. PĀ™í pĀ™edávání golfového míĀ›ku bylo polovinĀ› úĀ›astníkĀ™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, Ā¾e 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, kdyĀ¾ nĀ›kdo Ā™ekl, Ā¾e toto je “šĀ†astný míĀ›ek”, zapĀ™íĀ›inila vyší úspĀ›šnost. 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: "mám smĀ›lu v lásce" nebo "Já jsem šĀ†astný chlap, vĀ›dycky vyhraju". Ten, kdo bere štĀ›stí jako trvalý stav, se mĀ-Ā¾e 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, Ā¾e si vedle vás v autobuse sedne krásný neznámý, ale jen vy rozhodnete, zda ho oslovíte… TakĀ¾e – hodnĀ› štĀ›stí vám všem! GRĒTA