

KUASA PEMIKIRAN POSITIF

Bahagian 3 / 4



Dr. Ali Qassem

www.aliqassem.com

Salah seorang pembaca rencana telah dan bertanyakan satu soalan kepada saya melalui emelnya. Persoalannya adalah “Dunia kini penuh dengan jenayah, keganasan, penyakit, kesusahan dan masalah pemanasan global. Bagaimana kita dapat berfikir secara positif dalam keadaan begini ?”

Memang tidak dapat dinafikan keadaan realiti dunia kini. Jawapan saya kepada persoalan ini adalah apa yang penting adalah seseorang dapat mempelajari dan menggunakan pemikiran, sikap, tindakan dan cara kehidupan untuk menangani masalah-masalah ini.

Sekiranya kita ingin menambahbaik keadaan dunia ini, pemikiran kita mesti ditambahbaik terlebih dahulu. Kuasa pemikiran positif berkeupaya membuat perubahan yang besar. Dunia yang lebih baik bermula dengan individu yang lebih baik, dan individu yang lebih baik dibentuk dengan cara mereka berfikir.

Pemikiran positif dan sikap positif boleh diajar dan ia mesti dipelajari untuk menjadi yang lebih baik bagi menempuhi kehidupan yang penuh dengan cabaran ini. Seseorang akan mula mempunyai pandangan yang berlainan dan pencapaian prestasi yang lebih baik sekiranya berfikir dengan positif. Ini sememangnya benar seperti yang dikatakan oleh Dr. Wayne Dyer, “Apabila kita mengubah cara pandangan kita terhadap sesuatu perkara, perkara akan menjadi lebih mudah untuk dilaksanakan atau ditangani.”

Dengan berfikir secara positif dan menjadi lebih baik, seseorang dapat meningkatkan keadaan kehidupan diri sendiri, masyarakat dan global.

Terdapat beberapa perkara yang harus anda ketahui, pelajari dan amalkan agar anda boleh memikir secara positif.

Yang pertama adalah menghargai bahawa anda masih bernafas hari ini dan hargai nyawa anda. Hargai segala yang anda miliki; kesihatan, bakat, pengetahuan, keazaman, keluarga, rakan-rakan, kareer, makan minum, keindahan semulajadi termasuklah hargai masalah yang anda hadapi. Masalah yang dihadapi dan yang telah ditangani akan berubah menjadi tambahan kepada pengetahuan dan kebijaksanaan kita.

Perkara-perkara yang disebutkan di atas harus dihargai dan diingati selalu agar boleh mengatasi pemikiran negatif.

Yang kedua, anda perlu tahu sasaran hidup dan gunakan setiap saat dengan bermanfaat. Terima keadaan hidup anda sebagaimana yang ada. Itulah satu-satunya kehidupan anda. Hargailah ia.

Henry David Thoreau, seorang penulis Amerika pernah berkata, "Anda harus hidup dalam masa semasa, bersiap sedia untuk menghadapi segala rintangan, mencari keabadian dalam setiap masa. Jangan hanya berdiri dan menunggu peluang. Peluang tidak akan datang bergolek melainkan kita yang mewujudkan peluang itu."

Yang ketiga, anda harus sentiasa menjangkakan dan menarik yang terbaik dalam kehidupan anda. *Law of Expectations* menyatakan bahawa apabila seseorang penuh dengan keyakinan menjangkakan yang terbaik, sememangnya itu yang akan berlaku. *Law of Attraction* pula menyatakan bahawa "anda diibaratkan sebagai magnet yang dapat menarik kebaikan dari persekitaran melalui pemikiran anda."

Apabila anda dengan penuh keyakinan menjangkakan yang terbaik, dan anda sememangnya melakukan dengan cara yang betul, anda akan menimbulkan satu daya mental dan tenaga fizikal yang akan terus mendorong anda untuk mendapatkan prestasi yang baik.

Yang keempat, anda harus fokuskan pemikiran kepada perkara dan keadaan yang di bawah kawalan anda. Adalah sia-sia sekiranya anda fokus kepada perkara atau keadaan yang sememangnya tidak boleh diubah dan di luar kawalan anda.

Anda mungkin tidak mampu mengubah dunia ini, tetapi anda boleh mengubah dan mengawal apa yang anda boleh lakukan. Anda mungkin tidak dapat menyelesaikan masalah pengangguran, tetapi anda boleh menyediakan dan melengkapkan diri dengan pelbagai kemahiran yang perlu bagi mengelakkan pengangguran.

Bersambung...