چطور با انتخاب‌های درست فرمان زندگی‌مان را در دست بگیریم؟

تو را برگزیدم میان این همه خوبان!



ریحانه اوسطی
نوجوانه

حتما از خواندن اضافه تشبیهی فرمان زندگی در روتیتر متعجب شدید و خیال کردید می‌خواهید یکی از این متن‌های انگیزشی زرد را بخوانید. از اینها که «تو بهترینی» و «درست انتخاب کن» و «آدم‌های سمیتو بریز دور» ولی زهی خیال باطل. هنوز آن‌قدرها هم کافر نشدم که از این حرف‌های مبطل بزنم. علت این‌که قرار است از بحث سوزاننده انتخاب کردن حرف بزنیم این است که کمتر از دوهفته دیگر انتخاباتی بزرگ در پیش داریم و فکر کردیم که ما چقدر بلدیم که در موقعیت‌های مختلف زندگی درست انتخاب کنیم و به جاده خاکی نرویم؟ و دیدیم بله، در واقع تپه فتح نکرده و جاده خاکی افتتاح نکرده‌ای را در این زندگی نگذاشته‌ایم. البته خودم را عرض می‌کنم، شما که جای خود دارید! القصه بر آن شدیم که چگونه باید از میان این همه خوبان برگزینیم و درست و برازنده برگزینم، جوری که جای دفاع و پشتیبانی از انتخاب‌مان را حداقل داشته باشیم.

۱ لیست سود و زیان

اگر در هر انتخابی از زندگی یکی از این چک‌لیست‌ها به قول فرنگی‌ها برای خودمان درست کنیم و سودها و ضررهای هر انتخاب را در آن بنویسیم و بعد دست به قیاس بزنیم، یحتمل نتیجه‌ای خوب خواهیم گرفت. نوشتن و لیست‌کردن این گزینه‌ها کار ما را خیلی راحت‌تر می‌کند، فقط چند نکته را باید در نظر داشته باشیم اول آن‌که مزایا و معایبی که می‌خواهیم بنویسیم چیزهایی باشد که واقعی هستند و طبق سایت‌های زرد و اخبار غیرحقیقی نباشد. نکته بعد این‌که، براساس خودآگاهی که از خودمان داریم این لیست را تنظیم کنیم، یعنی این که شاید گاهی چیزی برای ما و زندگی و آینده ما مفید و سودمند باشد اما برای فرد دیگری خیر، پس در تهیه لیست مزایا و معایب باید به تفاوت‌های فردی نیز توجه کرد.



۲ هزینه انتخاب

در اقتصاد مفهومی را داریم به نام هزینه انتخاب، بگذارید برای‌تان یک مثال بزنم، مثلا شما می‌توانید در انتخاب رشته تحصیلی‌تان هم رشته ریاضی را انتخاب کنید هم انسانی، هر دو رشته هم مزایایی دارد و هم معایبی اما شما باید در حال حاضر دست به انتخاب بزنید و ذاتا با این انتخاب چیزهایی را به دست می‌آورید و چیزهایی را از دست می‌دهید. اگر بر فرض شما رشته انسانی را انتخاب کردید، مزایای رشته ریاضی را از دست می‌دهید و این همان هزینه انتخاب است، یعنی مثلا اگر شما می‌توانستید با تحصیل در رشته ریاضی، مهندس و معماری مطرح بشوید، رتبه کنکورتان بالاتر بشود، اختراع خفنی را در این زمینه ثبت کنید و... شما این مزایا را از دست می‌دهید تا در مقابلش مزایای رشته انسانی را به دست آورید و این مزایای از دست رفته همان هزینه انتخاب است که در هر انتخابی وجود دارد و ما باید نسبت به آن آگاه باشیم.



۳ عقل یا احساس؟

همیشه جنگ بین عقل و احساس در تمام ادوار تاریخی وجود داشته و این نبرد سهمگین واقعا گاهی زمان و توان زیادی را از ما می‌گیرد، چون در خیلی از تصمیم‌گیری‌ها ما بین حرف دل و حرف عقل‌مان می‌مانیم و تصمیم‌گیری و دست به انتخاب زدن برای‌مان خیلی سخت می‌شود. از آن طرف حتما این جمله را هم شنیده‌اید که «دل حرف حساب حالیش نمیشه». پس در تصمیم‌های بزرگ و پر ریسک زندگی‌مان بیشتر باید رهرو حرف منطق و عقل باشیم اما گاهی گوش دادن و شنیدن نوای دل و درک کردن نشانه‌ها بد نیست و شاید دریچه‌های جدیدی را برای ما باز کند. پس تابع منطق باش، ولی دل را هم از یاد نبر.



۴ مشورت

در انتخاب و تصمیم‌گیری همیشه باید دست به مشورت زد، البته با آدم‌هایی مشورت کنید که نخواهند حرف‌شان را به شما تحمیل کنند، بلکه با آدم‌هایی مشورت کنید که در نهایت به شما یک دید بازتر راجع به مسیله می‌دهند و انتخاب نهایی را به عهده خودتان می‌گذارند و از همه مهم‌تر این‌که با آدم‌هایی مشورت کنید که در زمینه‌ای که شما می‌خواهید دست به انتخاب بزنید، حرفی برای گفتن داشته باشند. یعنی یا مسیر زندگی‌شان در راستای تصمیم شما باشد یا بر سر دو راهی قرار گرفته‌اند یا آن‌قدر دنیا دیده و پخته‌اند که مطمئن هستید مشورت با آنان شما را گیج‌تر و سردرگم‌تر نخواهد کرد و اتفاقا به شما اطلاعات خوبی می‌دهند که بتوانید پروسه انتخاب و تصمیم‌گیری‌تان را راحت‌تر بگذرانید.



۵ ریکس کن

نمی‌دانم کدام یک از شما فیلم سن‌پترزبورگ را دیده‌اید اما در این فیلم شخصیت اصلی، کلمات را جابه‌جا می‌گفت و به‌جای کلمه ریسک، از ریکس استفاده می‌کرد. حالا من هم می‌خواهم با همان ادبیات فیلم سن‌پترزبورگ به شما بگویم که ریکس کنید. چون هر چقدر هم که لیست مزایا و معایب را چک کرده و اطلاعات جمع‌آوری کنید باز هم گاهی لازم است دل را به دریا بزنید و اتفاقا در آن دریایی که همیشه از آن می‌ترسیدید یک‌بار شیرجه بزنید، به قول قدیمی‌ها مرگ یک‌بار شیون یک‌بار. همیشه به این فکر کنید که اگر نشد راه برگشت وجود دارد اما اگر بشود و انجامش ندهید، همیشه حسرتش بر دل‌تان خواهد ماند، البته توجه‌مان را باید جلب بکنیم که هرچیزی ریسک‌پذیر و تجربه‌پذیر نیست و کاری که سلامت جسم و روح ما یا اطرافیان‌مان را به خطر بیندازد در این دایره جا نمی‌گیرد.



۶ خودآگاهی

تقریبا در چندین شماره با هر موضوعی که داشتم، یک باکس را به خودشناسی و خودآگاهی اختصاص دادم؛ چون این مساله برای شمایی که در سنی هستید که هنوز مسیر نرفته زیادی پیش رو دارید، بسیار حائز اهمیت است. حالا مهم بودن این داستان در بحث انتخاب چیست؟ رسیدن ما به خودآگاهی به ما تصویر دقیقی از خود واقعی‌مان و خودایده‌آل‌مان می‌دهد، یعنی چیزی که هستیم و چیزی که می‌خواهیم باشیم؛ بنابراین وقتی ما خودمان را دقیق و کامل بشناسیم، پس انتخاب کردن براساس اهداف و شخصیت و ارزش‌هایی که داریم برای‌مان بسیار راحت‌تر و سهل‌تر خواهد شد. پس خودآگاهی را دریابید که بر هر درد بی‌درمان دواست.

