

Prz



ekonania „nigdy nie mam szczęścia”, „nic mi nie wychodzi”, „muszę być doskonały” często prowadzą do porażki. Jeśli ktoś myśli o kłopotach w kategoriach „zawsze” i „nigdy”, traktując je jako stale działający czynnik, to jest pesymistą. Życie, według takiej osoby, nie przynosi jej wystarczającej radości.

Ale czy myśli mają tak silny wpływ? Wielu psychologów uważa, że tak. Ludzki mózg jest jak odtwarzacz multimedialny, który pisze, zapisuje i wielokrotnie odtwarza wszystkie „pomyślane” ustawienia. Dlatego nie warto wypełniać się tym, co może zaszkodzić. Ważne jest, żeby zadbać o to, aby nasze myśli były zdrowe. † Pesymista posiada takie cechy, jak zwątpienie w siebie i swoje działania, a także nadmierną kategoryczność negatywnych ocen w stosunku do otoczenia. Te czynniki określają procesy psychiczne osoby. Po pierwsze, pesymista łatwiej wpada w depresję. Po drugie, jego stan zdrowia fizycznego jest znacznie gorszy. Po trzecie, taka osoba zwykle osiąga mniej sukcesów, niż pozwalają na to jej umiejętności. Ten kto wie, jak przezwyciężać trudności, jest silniejszy zarówno fizycznie, jak i psychicznie, jest w stanie prawidłowo zarządzać swoim osobistym czasem i potrafi cieszyć się z małych sukcesów. A wtedy życie dla człowieka nie jest uciążliwe, lecz staje się nagrodą od Boga.

Papież Franciszek mówi, że pesymistyczne spojrzenie na rzeczywistość rodzi gorycz i smutek, więc „poszkodowany” powinien nauczyć się dostrzegać wokół siebie więcej dobra i wpływ łaski, która pomaga zwyciężyć zło. Powinien skoncentrować się na tym, co obiecuje wiara: przyszłość przygotowaną przez Boga, nieskończone szczęście i radość bez najmniejszego smutku. Pesymista powinien skupić się na Jezusie Chrystusie, na jego dobroci i miłości, dzięki którym z pewnością ta cudowna rzeczywistość powstanie.

Wielu wierzących wierzy, że to właśnie wiara w Boga pomaga człowiekowi przywrócić kontakt ze światem zewnętrznym, znaleźć źródło miłości do życia i poczuć prawdziwą radość. Pomaga w rozwiązywaniu problemów i daje nadzieję w przypadku, gdy została utracona. Dzięki wierze w Boga, jak jest napisane w Biblii, można „przenosić góry”.

Papież Franciszek zauważa, że człowiek musi myśleć o wszystkim pozytywnie, wtedy jest w stanie osiągnąć to, czego chce. Optymizm jest niesamowitą rzeczą: bezwzględnie nadaje ludzkim marzeniom i pragnieniom siły, aby stwarzać rzeczywistość i ustawić określony kierunek dla zrealizowania różnych wydarzeń. Oczywiście, czasami trzeba usłyszeć: „nie martw się,

Dlaczego bycie pesymistą jest szkodliwe?

Wpisany przez Дк. Андрей Струкель
23.02.2020 00:00

wszystko będzie dobrze”. Ale dobrze będzie nie dlatego, że myślisz pozytywnie, ale dlatego, że wszechmogący Bóg jest zawsze przy nas i pomaga nam.