

TRẦN GIANG SƠN (Biên soạn)

Niềm tin quyết định tất cả



NHÀ XUẤT BẢN THANH NIÊN

**NIỀM TIN
QUYẾT ĐỊNH TẤT CẢ**

NIỀM TIN QUYẾT ĐỊNH TẤT CẢ

TRẦN GIANG SƠN (BIÊN SOẠN)

NHÀ XUẤT BẢN THANH NIÊN

Cùng bạn đọc!

Có những câu hỏi tưởng chừng đơn giản: “Bạn biết bản thân đang làm gì không?” hoặc: “Bạn biết bản thân muốn gì không?” nhưng thực ra, lại là câu hỏi rất khó trả lời. Có vẻ như, chúng ta có thể chi phối, làm chủ được cuộc sống và ý thức của bản thân, nhưng trong thực tế, chúng ta lại phát hiện, cuộc sống thường không như ý muốn của con người. Nhà thành công học nổi tiếng Antony từng nói: “Niềm tin giống như chiếc la bàn và tấm bản đồ, chỉ cho chúng ta biết mục tiêu chúng ta muốn đến. Người không có niềm tin cũng giống như chiếc xuồng không có bánh lái và động cơ, không thể nào tiến về phía trước”. Vì thế, cuộc đời cần phải có niềm tin dẫn dắt. Niềm tin giúp bạn nhận thức rõ mục tiêu, khích lệ bạn theo đuổi mục tiêu, tạo dựng nên cuộc đời lý tưởng.

Niềm tin là một sức mạnh không gì có thể lay chuyển, là tinh thần nền tảng của cuộc đời thành công. Nghiên cứu của các chuyên gia cho thấy: “Sức mạnh của niềm tin rất to lớn, thậm chí nhiều lúc có thể tạo dựng nên “kỳ tích”, có thể chi phối thành bại, được mất, thậm chí sinh tử của con người”.

Xét trên góc độ tâm lý học, niềm tin là sự vững tin vào tính đúng đắn của một lý tưởng, một mục tiêu nào đó, đồng thời kiên trì, nỗ lực thực hiện lý tưởng đó. Niềm tin không

đơn thuần là nhận thức, mà còn là sự thể nghiệm của tâm trạng. Niềm tin là sự thống nhất cao độ giữa tri thức, tình cảm và ý chí. Nhà tâm lý học Cruteski (B.A.Крyтeцкyй) người Nga cho rằng: “Động cơ quan trọng của hành vi là niềm tin. Niềm tin và lý tưởng có quan hệ mật thiết với nhau. Niềm tin là sự tin tưởng vào tính đúng đắn của một số nguyên lý, tri thức, quy luật của xã hội và tự nhiên, nỗ lực dùng nó là kim chỉ nam trong cuộc sống. Niềm tin không chỉ dễ hiểu, dễ nắm bắt, hơn nữa còn có thể cảm nhận và thể nghiệm”.

Con người nếu muốn tạo dựng nên sự nghiệp lớn, ngoài việc nắm bắt cơ hội, có năng lực và kiến thức nhất định, thì còn cần phải có một sức mạnh tinh thần mãnh liệt. Sức mạnh tinh thần này trước hết được hun đúc bởi niềm tin. Niềm tin có tác dụng mang tính quyết định ở hai phương diện sau. Thứ nhất, khi con người gặp phải khó khăn và trở ngại lớn, niềm tin mãnh liệt có thể giúp con người khắc phục khó khăn, chiến thắng trở ngại, tiếp tục ngoan cường nỗ lực hướng đến mục tiêu đã định. Thứ hai, khi con người đạt được những thành công bước đầu, niềm tin làm việc lớn khiến cho con người không cảm thấy hài lòng với những thành tích hiện có, từ đó khiêm tốn, thu mình, cần mẫn tiến đến những mục tiêu cao hơn.

Nếu bạn dám tin tưởng vào bản thân, dùng niềm tin “người khác làm được, thì tôi có thể làm tốt hơn” để đối mặt với cuộc đời, thì ngày mai của bạn sẽ xán lạn và tươi sáng hơn.

Phần 1:

NIỀM TIN QUYẾT ĐỊNH ĐỘ CAO CỦA CUỘC ĐỜI

Niềm tin là một trạng thái tinh thần tổng hợp được xây dựng trên cơ sở nhận thức của con người, là sự tin tưởng tuyệt đối vào một lý luận hay tư tưởng nào đó. Về bản chất, niềm tin thể hiện một thái độ có liên quan đến tri thức và chân lý khách quan, có mối liên hệ trực tiếp với quan niệm về giá trị. Niềm tin mang tính chủ quan, nhấn mạnh đến sắc thái tình cảm và tính kiên định của ý chí. Sự tự tin lấy kiến thức làm cơ sở, niềm tin lại lấy tình cảm làm cơ sở. Niềm tin giống như một lá cờ dẫn dắt con người nhận thức mục tiêu mình muốn hướng đến.

NIỀM TIN GIÚP CHO CHÚNG TA TỰ TIN

1) Thách thức với những công việc “không thể hoàn thành”.

Trong suốt mấy nghìn năm, con người đều cho rằng chạy một dặm (khoảng 1609 mét) trong vòng 4 phút là điều không thể xảy ra. Nhưng vào năm 1954, Roger Bannister

đã phá vỡ trở ngại suy nghĩ này. Sở dĩ anh có thể tạo ra kỷ lục vĩ đại này, thứ nhất là nhờ vào sự khổ công rèn luyện về thể lực, thứ hai là nhờ sự đột phá về mặt tinh thần. Trước đó, trong đầu anh đã từng nhiều lần diễn ra cảnh tượng chạy một dặm trong vòng 4 phút. Lâu ngày suy nghĩ này hình thành nên một niềm tin mãnh liệt. Nó ra mệnh lệnh tuyệt đối cho hệ thần kinh, phải hoàn thành sứ mệnh này. Quả nhiên anh làm được điều mà mọi người cho là không thể. Không ai ngờ được rằng, trong vòng hai năm sau khi Bannister phá vỡ kỷ lục lại có gần 400 người được ghi tên vào bảng vàng.

Có được một niềm tin giống như của Bannister, con người sẽ phát huy được sức sáng tạo vô cùng lớn. Đương nhiên, niềm tin cũng có thể là nhân tố mang tính phá hoại, điều này phụ thuộc vào góc độ nhìn nhận vấn đề của chúng ta. Con người thường rất chú quan gần một ý nghĩa nào đó cho những sự việc trong cuộc sống. Niềm tin tích cực có thể giúp con người nhật nhạn, lấp ghép những mảnh vỡ của trái tim, tiếp tục tiến bước về phía trước, còn niềm tin tiêu cực rất có thể hủy hoại cuộc đời của con người.

Tiến sỹ Henry Beecher của trường đại học Harvard đã tiến hành nghiên cứu ảnh hưởng của niềm tin đối với cơ thể con người. Ông chia 100 sinh viên của một học viện y học thành hai nhóm, đưa cho nhóm thứ nhất loại thuốc gây hưng phấn có vỏ bọc màu đỏ, đưa cho nhóm thứ hai loại thuốc an thần có vỏ bọc màu xanh. Thực ra ông đã trao đổi vỏ của hai loại thuốc này cho nhau, đồng thời không để cho những sinh viên này biết. Nhóm thứ nhất tỏ ra hết sức hưng phấn sau khi uống xong những viên thuốc có vỏ màu đỏ. Nhóm sinh viên uống thuốc có vỏ màu xanh tỏ ra vô cùng

điềm tĩnh. Từ đó có thể thấy rằng niềm tin của họ đã áp đảo tác dụng hóa học của những viên thuốc họ đã uống.

Môn học nghiên cứu về mối quan hệ qua lại giữa cơ thể và suy nghĩ của con người có tên gọi “Tâm lý thần kinh miễn dịch học” đã kiểm chứng sự nghi hoặc trong suốt mấy thế kỷ: trong quá trình chữa trị bệnh tật, niềm tin đóng một vai trò hết sức quan trọng, thậm chí còn quan trọng hơn bản thân của việc chữa trị.

Trong ngành tâm lý học có danh từ “ý thức về sự vô dụng”, dùng để chỉ, khi số lần thất bại ở phương diện nào đó quá nhiều, con người sẽ tự chối bỏ bản thân, nhận định mình là người vô dụng, từ đó không dám thực hiện bất kỳ sự thử sức nào.

Giáo sư Martin Seligman của trường đại học Pennsylvania sau khi tiến hành nghiên cứu sâu về hiện tượng này đã chỉ ra rằng: Có ba loại niềm tin gây nên cảm giác vô dụng của con người, cuối cùng hủy hoại cuộc đời con người. Ba loại niềm tin này là: (1) vĩnh viễn trường tồn, (2) có mặt ở khắp mọi nơi, (3) vấn đề là ở chỗ tôi. Tức là (1) tin tưởng rằng khó khăn tồn tại mãi mãi, (2) sau khi thất bại trong một lĩnh vực nào đó sẽ tin rằng khó khăn có mặt ở khắp mọi nơi, (3) đồng thời coi nguyên nhân của sự thất bại là do bản thân mình thiếu năng lực.

2) Độ cao của niềm tin.

Cho dù tài năng lớn hay nhỏ, khả năng thiên bẩm nhiều hay ít, thì thành công luôn được quyết định bởi việc kiên định niềm tin. Tin tưởng bản thân nhất định làm được, thì bạn sẽ có thể thành công. Ngược lại, không tin tưởng vào bản thân, bạn không bao giờ thành công.

Nếu có được một niềm tin kiên định, thì cho dù là người bình thường cũng có thể tạo nên những sự nghiệp huy hoàng. Những người thiếu niềm tin, cho dù tài năng xuất chúng, đạo đức cao thượng, cũng khó tạo nên sự nghiệp vĩ đại. Thành tựu của một người không bao giờ vượt qua cao độ mà niềm tin của anh ta có thể đạt đến.

Một anh lính có nhiệm vụ phải đưa một bức thư cho Napoleon, trước khi đến nơi, ngựa của anh ta bị trượt chân ngã, chết ngay tại chỗ. Sau khi nhận được thư, Napoleon liền viết thư trả lời, đưa cho anh lính và dặn anh ta hãy dùng ngựa của ông để mau chóng đưa bức thư đi ngay.

Khi nhìn thấy con tuấn mã của Napoleon to khỏe, yên cương trên mình đẹp và lộng lẫy, anh lính liền nói với Napoleon: “Thưa tướng quân, không được đâu. Tôi chỉ là một người lính bình thường, đâu có quyền cưới một con tuấn mã khỏe đẹp như thế”.

Napoleon trả lời: “Trên đời này không có cái gì mà người lính Pháp không có quyền sử dụng cả”.

Trên thế giới này, đâu đâu cũng có những người giống như người lính Pháp trong câu chuyện trên. Họ cho rằng mình có thân phận thấp hèn, tất cả những gì của người khác đều không thuộc về họ, cho rằng họ không có quyền sử dụng chúng, cho rằng họ không thể nói chuyện, bàn bạc với những nhân vật vĩ đại. Quan niệm tự ty này thường trở thành nguyên nhân chủ yếu khiến người ta cam chịu lạc hậu, không nỗ lực vươn lên.

Rất nhiều người thường suy nghĩ như thế này: Những thứ quý giá nhất trên đời này là những thứ mà trong suốt cuộc đời họ không bao giờ có được. Họ cho rằng những thứ

tốt đẹp trong cuộc sống đều dành cho một số người đặc biệt nào đó. Mang trong lòng tâm lý tự ty này, đương nhiên họ không có niềm tin tạo dựng nên sự nghiệp vĩ đại.

Nhiều người, vốn dĩ có thể làm được việc lớn, tạo nên những sự nghiệp huy hoàng, nhưng thực tế lại làm những việc nhỏ, sống một cuộc sống tầm thường, nguyên nhân nằm ở chỗ họ tự chối bỏ bản thân, không có những ước mơ to lớn, không có niềm tin kiên định.

Khi so sánh với tiền bạc, quyền lực, hoàn cảnh xuất thân thì sự tự tin là yếu tố quan trọng nhất, là vốn liếng đáng tin cậy nhất giúp người ta theo đuổi bất cứ sự nghiệp nào. Sự tự tin có thể giúp con người gạt bỏ những trở ngại khác nhau, khắc phục những khó khăn khác nhau, có thể giúp cho sự nghiệp đạt được thành công mỹ mãn.

Có một số người, ban đầu tuy có được sự hiểu biết sâu sắc về bản thân, tin tưởng mình có thể thành công, nhưng sau khi gặp phải trở ngại, họ lại bỏ cuộc giữa chừng. Đây là vì niềm tin của họ không đủ kiên định. Cho nên chỉ có sự tự tin thôi thì vẫn chưa đủ, mà phải làm cho sự tự tin đó trở nên kiên định. Cho dù gặp phải khó khăn trở ngại, cũng quyết không nản chí, mà phải dũng cảm tiến về phía trước, quyết không vì những trở ngại nhỏ mà lùi bước. Từ đặc trưng về tính cách của những nhân vật xuất sắc tạo dựng nên sự nghiệp vĩ đại, chúng ta có thể phát hiện ra một điểm chung của họ: Trước khi thành công, họ đã có một niềm tin kiên định và vững chắc đối với năng lực của bản thân, biết rõ mình sẽ thành công. Như thế, khi làm việc, họ dốc hết sức lực, gạt bỏ tất cả trở ngại, khó khăn cho đến khi thắng lợi.