

Thế Giới Đơn Giản Khi Bạn Đơn Giản

LIFE & LOVE Ý NGHĨA CUỘC SỐNG

By Tem

Người sạch sẽ thì ưa sạch sẽ, người vẫn đục lại thường nghĩ đến những điều vẫn đục. Thẩm mỹ quan của thế giới xưa nay cũng không hề phức tạp, chỉ là quan niệm của con người không chính, mới khiến thế giới này trở nên ngẫu đục mà thôi.

Mâu thuẫn lớn nhất trong nhân tính là dấu bản tính hướng thiện, nhưng cái thiện đó lại dễ bị mai một trong xã hội, nên có thể vì chút tư lợi mà hành sự bất chấp mọi thủ đoạn. Vậy nên tâm lý con người là khó nắm bắt nhất.

Những nhà tâm lý học hàng đầu thế giới giải mã tâm lý con người như sau:

Sigmund Freud

Ông là nhà tâm thần học, tâm lý học người Áo, người sáng lập thuyết phân tâm học. Ông đã sáng tạo ra một lĩnh vực mới

ngiên cứu về tiềm ý thức, thúc đẩy động lực phát triển của tâm lý học, tâm lý cá tính và tâm lý học bất thường. Ông còn đặt định nền tảng mới cho môn thức y học hiện đại, cung cấp chỗ dựa vững chắc cho lý luận quan trọng cho khoa học nhân văn của phương Tây thế kỷ 20.

Cách nhìn nhận về cuộc đời của ông như thế này:

Không hề có thứ gọi là “đùa cợt”, mọi sự đùa cợt đều có thành phần nghiêm túc trong đó.

Mgid

This Trick Leaves All Auto Mechanics Angry!

Don't Miss Your Chance To Chat With These Russian Beauties

1 Trick That Kills Erectile Dysfunction - Wives Are Speechless!

Không hề có thứ gọi là “lỡ lời”, mọi sự lỡ lời đều là những tiết lộ chân thực của tiềm ý thức.

Những người có tinh thần lành mạnh thường nỗ lực làm việc, yêu thương con người. Chỉ cần có thể làm được hai việc này thì những việc khác chẳng có gì khó khăn.

Đời người như bàn cờ, chỉ cần đi sai một bước thì cả ván cờ đều thua. Đây chính là điều bi ai của con người. Hơn nữa đời người còn chẳng bằng một bàn cờ, vì không thể chơi lại ván sau, cũng chẳng thể đi lại nước cờ cũ.

Không ai là người không có lý trí, con người đều có thể tiếp nhận bằng lý trí. Đa số con người không thực sự muốn được tự do, vì tự do đều bao hàm trách nhiệm, mà đa số con người lại sợ trách nhiệm.

Lương tâm là một thứ cảm giác trong nội tâm con người, là sự ức chế những mong muốn bất thường nào đó đang dâng lên trong cơ thể của chúng ta.

Thế giới này không có sự ngẫu nhiên, chỉ

có điều tất nhiên, những giấc mơ cũng giống như vậy.

Alfred Adler

Ông là nhà tâm thần học, nhà sáng lập tâm lý cá tính người Áo, là người đi tiên phong trong lĩnh vực tâm lý chủ nghĩa nhân văn và là cha đẻ của tâm lý học cá tính hiện đại. Ông từng theo Sigmund Freud, một bác sỹ và là nhà tâm lý học người Áo, khám phá các vấn đề về tâm thần. Nhưng ông cũng là người đầu tiên phản đối Sigmund Freud trong nội bộ học phái phân tâm học.

Ông giải mã về cuộc đời như sau:

Người không có hứng thú với người khác, khổ nạn họ gặp phải trong đời thường sẽ nhiều nhất, họ cũng là người làm tổn thương người khác sâu sắc nhất. Mọi thất bại của nhân loại đều sinh ra bởi kiểu người này.

Dũng khí đối mặt với các vấn đề trong cuộc sống, có thể nói rõ họ định nghĩa như thế nào về cuộc sống.

Mỗi người chúng ta đều cảm thấy tự ti ở những mức độ khác nhau. Bởi vì chúng ta đều muốn mình trở nên ưu tú hơn, khiến cuộc sống của mình trở nên tốt đẹp hơn. Khi một người gặp phải vấn đề không thể giải quyết được nhưng lại tin tưởng chắc chắn rằng mình có thể giải quyết được thì điều này chỉ thể hiện sự tự ti của họ mà thôi.

Thế giới rất đơn thuần, đời người cũng vậy. Không phải là thế giới phức tạp, mà là bạn đã khiến thế giới trở nên phức tạp. Không có một ai sống trong thế giới khách quan. Chúng ta đều sống trong một thế giới chủ quan mà mỗi người tự định nghĩa.

Carl Gustav Jung

Ông là nhà tâm lý học người Thụy Sĩ. Năm 1907 ông bắt đầu hợp tác với Sigmund Freud, bác sỹ và là nhà tâm lý học người Áo, nhằm phát triển và quảng bá học thuyết phân tâm học suốt 6 năm. Sau đó quan niệm của ông và Sigmund Freud có chiều

hướng bất hoà nên tách ra ai đi đường nấy. Ông sáng lập nên lý luận phân tâm học Jung. Lý luận và tư tưởng của ông tới nay vẫn còn ảnh hưởng sâu rộng tới lĩnh vực nghiên cứu tâm lý học.

Lãng kính cuộc đời của ông là:

Một người nỗ lực cả một đời cũng chỉ để chỉnh sửa lại tính cách mà mình đã hình thành từ thuở ấu thơ.

Cô độc không phải vì xung quanh không có người. Nguyên nhân thực sự khiến con người cảm thấy cô độc chính là một người không thể chia sẻ với người khác cảm nhận bức thiết nhất của bản thân.

Phải nhẫn nại trước thế giới tàn khuyết này, cũng đừng đánh giá quá cao sự hoàn mỹ của bản thân.

Việc khắc phục những xung đột mạnh mẽ khiến chúng ta tìm được sự an toàn và trạng thái tĩnh lặng bình ổn, siêu nhiên.

Muốn đạt được trạng thái an toàn và tĩnh tại dài lâu về tâm lý, thì điều cần thiết chính

là những sự kiện bùng phát đột ngột và mạnh mẽ này.

Những việc thôi thúc tôi chú ý tới người khác đều có thể khiến tôi thấu hiểu bản thân mình hơn.

Số ngày và số đêm trong một năm là như nhau, thời gian cũng dài như nhau. Dầu bạn sống hạnh phúc thế nào thì cũng sẽ có những vệt đen. Không có “nỗi bi ai” để cân bằng, thì từ “hạnh phúc” này sẽ mất đi ý nghĩa của nó. Nhấn nại và điềm tĩnh tiếp nhận sự thay đổi của mọi chuyện trên đời là đạo xử thế tốt nhất.

Sức sáng tạo không đến từ trí thông minh, mà đến từ bản năng chơi đùa thiết yếu bên trong. Một bộ não sáng tạo sẽ thích trêu đùa với thứ mình yêu thương nhất.

Với bất kỳ sự vật nào, muốn thay đổi nó trước tiên hãy chấp nhận nó. Truy cứu trách nhiệm thì chẳng thể giải quyết vấn đề, chỉ có thể mang tới áp lực mà thôi.

Chính cách chúng ta đối đãi với sự vật sẽ

quyết định tất cả, chứ không phải bản thân sự vật đó như thế nào.

Thấu hiểu những góc khuất của bản thân là cách tốt nhất để đối đãi với góc khuất của người khác.

Ông là người Đức gốc Do Thái mang quốc tịch Mỹ, là nhà triết học chủ nghĩa nhân văn và nhà phân tâm học. Ông đã dốc sức cả đời để sửa đổi thuyết phân tâm học của Sigmund Freud cho phù hợp với trạng thái tinh thần sau chiến tranh thế giới thứ 2 của người phương Tây. Thuyết phân tâm học của ông có tầm ảnh hưởng trên toàn thế giới.

Ông nhìn nhận thế giới như thế này:

Hàng ngày hãy ngồi tĩnh tọa 15 phút, lắng nghe hơi thở của mình, cảm nhận nó, cảm nhận bản thân mình và thử không nghĩ gì cả.

Dục vọng như lòng tham không đáy, dục niệm bất tận sẽ khiến những người nỗ lực nhất cũng phải kiệt quệ tinh thần.

Trên thế giới này, lương tâm còn lớn hơn cả thiên tài.

Điều quan trọng nhất là học cách sống đơn độc một mình, không đọc sách, không nghe đài, không hút thuốc, không uống rượu.

Khả năng tập trung thể hiện ở việc có thể sống đơn độc hay không. Năng lực này lại là một điều kiện giúp con người học được cách yêu thương.

Nếu mọi nguyện vọng mang tính bản năng đều được toại nguyện thì đó không phải là nền tảng của hạnh phúc, cũng không thể đảm bảo sự lành mạnh tối thiểu trong tinh thần của con người.

Cho đi là giàu có. Không phải người có nhiều tiền tài mới là người giàu sang, mà người cho đi càng nhiều mới thực sự đủ đầy nhất.

Cuộc sống của người hiện đại thường ở trong một cảm giác sai lầm như thế này: Họ dường như rất minh bạch về những gì mình theo đuổi. Nhưng thực tế điều họ theo

đuổi, chỉ là thứ mà người khác kỳ vọng họ theo đuổi mà thôi.

Con người đều sống trong ảo giác, tự cho rằng mình thấu hiểu những gì mình mong muốn. Trên thực tế những điều họ mong muốn lại là những thứ người khác hy vọng họ có được.

Khi đạo đức của con người thăng hoa trở lại, hoàn cảnh xã hội sẽ cải biến theo sự thay đổi của nhân loại. Nếu bạn đơn giản thì thế giới sẽ trở nên đơn giản, nếu bạn phức tạp thế giới sẽ phức tạp giống bạn.