

Одинокая женщина – разве это плохо?

*Жизнь как маятник – чем ниже погружаешься в скорбь,
тем выше затем взмываешь в радость.
(Айседора Дункан)*

Казалось бы, сам такой вопрос противоестественен женской природе, но, тем не менее, это факт: женщина может выбрать одиночество.

Порой судьба преподносит сюрпризы, женщина волей случая остается одна, и у нее не хватает сил продолжить поиск. Да и где его, хорошего, найти?

Как вам ни покажется жестоким, у одиночества есть и свои плюсы, они позволяют женщине нравственно расти. У неё появляется много свободного времени, которое нужно использовать рационально. Статистика утверждает, что одинокие женщины более образованны, имеют собственный хороший материальный достаток, занимают более престижные посты.

Медицина утверждает, что женщины в несчастливом браке подвержены большему риску психосоматических заболеваний, чем женщины-одиночки.

С чего начать?

Первое, что нужно сделать – наполнить свою жизнь смыслом. Не менее 2–3 месяцев потратить на то, чтобы успокоиться. Вы же больше времени израсходовали, цепляясь за бесперспективные отношения. За это время разобраться в прошлых ошибках, вспомнить, где напрасно строили воздушные замки, ничего не замечая вокруг. И не надо долго сокрушаться, обсуждая горькую жизнь с брошенными одиночками. Тем самым вы только усилите негатив, вас окружающий.

Лучше заняться собственным имиджем, поменять его – пусть и не кардинально, но значительно. Фитнес, латинские танцы, новый стиль одежды – все это не только отвлечет от горестных мыслей, но и позволит вам самой влюбиться в себя.

Кроме того, не менее полугода посвятить саморазвитию, своему духовному миру: театр, туризм, выставки, чтение книг. Обязательно за это время научиться чему-то новому: водить машину, освоить язык, начать рисовать... да у фантазии нет предела.

На первых порах особенно нужно обрести уверенность в себе, поскольку вы привыкли ставить себе в вину чужие ошибки и предрассудки. Правда, вас этому учили долго и исподволь, но теперь вам придется переучиваться сознательно и целенаправленно. А для этого нужно делать конкретные шаги, совершать определенные действия. Не позволяйте себе отступление, не придумывайте «веские» отговорки, чтобы отсрочить первые попытки.

Закроем прошлую страницу, начнем новую, чистую, страницу своей счастливой Судьбы! Поменяйте ваши перспективы, измените угол зрения.

Что менять?

Учиться жить в гармонии с собой и понимать, что, помимо суетливых поисков мужчины, есть и другие цели в жизни: карьера, путешествия, заботы о родственниках, да любые социальные проекты, в конце концов.

Жить «здесь и сейчас» – значит активно проявлять себя в сегодняшнем дне, не цепляясь за прошлое и не уповая на завтра. Будущее наступает сегодня.

Жить «здесь и сейчас» – значит ежесекундно заниматься реализацией своих способностей, оптимально используя ситуацию, и с наименьшими потерями ускользать из сетей, набрасываемых на вас жизненными обстоятельствами.

Жить «здесь и сейчас» – значит видеть, слышать и чувствовать особенно обостренно, не упуская из круга своего внимания ни единой крупинки из того, что доступно взору, внятно слуху и созвучно сердцу, душе.

И вот вы начинаете радоваться жизни, получать удовольствие от работы, от развлечений, от социальной активности. Одним словом, нужно наполнить жизнь эмоциями, радостью бытия, а это преобразует вас и открывает к получению ярких

Одинокая женщина – разве это плохо

Автор: maxima420
30.07.2011 16:15 -

впечатлений, свежих ощущений.

И вот уже потери в вашей бурной, непредсказуемой жизни не кажутся такими уж невосполнимыми. Тогда вы и покинете «отцепленный вагон», в который силой обстоятельств вы попали. Для этого не нужно прилагать сверхусилий, быть гением или героем.

Вы просто начнете учиться жить!

Автор - **Юрий Левченко**
[Источник](#)