Автор: Darkworker
01.11.2008 06:17 -

О кризисе **среднего возраста** сказано много, потому что тема актуальная. И самое главное что актуальна она не только для окружающих но и для того кто переживает этот период. Ведь тяжело наблюдать за странностями которые происходят с самим собой, особенно если **непонятно** как с этим бороться. Но все таки есть методы, главное понять что это…

Кризис среднего возраста – определение довольно условное, потому что очень тяжело определить когда именно он начинается, но принято считать что это происходит в районе 30 – 40 лет. Именно на этот возраст по статистике приходится большинство разводов, самоубийств и т.д.. Так что же на самом деле происходит с **сознанием**, если человек начинает экспериментировать над собой и отказывается от привычного уклада жизни?

А происходит следующее – достигнув определенного возраста человек начинает воспринимать **смерть** немного иначе, не как что то неопределенное, а вполне прогнозируемое событие. И начинается анализ своей предшествующей жизни на фоне неминуемых похорон. Что то вроде некролога написанного заранее, родился, плохо учился, не достиг, не попробовал и т.д. Притом основной упор сознания приходится как раз именно на то, что не удалось сделать. Ну, а раз не удалось, то стоит хотя бы **попробоват**ь. В первую очередь конечно тянет на **женщин**, потому что секс ко всему прочему еще и хороший метод снятия стресса, который накапливался годами и вообще, женщины – это так естественно. Это самый простой метод для самореализации, правда чреват разрушением семьи. Но кто в такие моменты об этом думает? Вторая крайность, это чрезмерное потребление **алкоголя** или еще каких нибудь глюкостимуляторов, метод очень популярный и распространенный. Правда он же является ускорителем приближения той даты, которая будет указана на **надгробии** (если таковое будет).

Существует еще масса всяких **забав**, более безобидных. Только что это меняет? Просто усложняет взаимоотношения с окружающими, ушатывает здоровье и создает иллюзию разнообразия. А что дальше?

А дальше следующий промежуток жизни, который примеряет человека с собой. Это называется **зрелость**. Только хорошо бы до этого момента не наделать трагических или просто неприятных ошибок. Так что граждане мужчины, давайте воспринимать себя такими **как мы есть** с радостью, избегать крайностей и наслаждаться жизнью. Но без перебора, время еще есть….

Ваш Алексей Лебедев…