

Самое время написать письмо в будущее. Кому? Себе!

Люди издавна создают **капсулы времени** – послания, предназначенные для потомков. Письма помещаются в емкость, делается отметка, когда или при каких обстоятельствах их нужно извлечь, затем закладываются в торжественной обстановке в надежное место.

Цель создания – передать историческую информацию. Часто наполнение оказывается не таким уж ценным. Находящиеся внутри новые предметы и напутствия не несут знаний о жизни людей. Гораздо полезнее капсулы, в которых вложены личные записи, фотографии, характеризующие реальность того времени.

Подобное письмо было вскрыто на торжественной линейке в «Артеке» в 2000 году. В послании пионеров 1960-х годов высказывалось предположение, что все народы живут мирно, люди летают на Луну, а у «Артека» есть собственный космодром.

Как бы вы сами отнеслись к идее **написать себе письмо** и получить его, скажем, через год? Начало года – отличный повод.

Зачем это нужно?

Не стоит думать, что подобное письмо только лишь развлечение и бессмысленная затея. Бумаге можно доверить разного рода информацию, в том числе и такую, которую вы не можете озвучить или произнести в реальной жизни. Садясь писать, вы *анализируете свою жизнь, смотрите на нее со стороны, делаете выводы и задумываетесь над ошибками.*

Причина эффективности методики в возрождении механизмов подросткового возраста, таких как **«мысли наперед»**. Способность наблюдать за своей жизнью помогает *позитивно воспринять своё «Я», освободиться от ошибок, переживаний, переоценить события, понять, чему вы научились, подвести итоги, актуализировать опыт, скорректировать цели.*

Как реализовать задуманное?

Конечно, можно написать письмо на бумаге, поместить в конверт и спрятать. Но где гарантии, что оно не потеряется или вы про него просто-напросто не забудете? Гораздо разумнее обратиться в специальную службу. Есть несколько сайтов, предоставляющих эту услугу бесплатно, некоторые из них предлагают возможность помимо электронного письма получить бумажную копию по обычной почте. Проще всего воспользоваться сервисами Яндекс.Открытки, Открытки@Mail.Ru и т.п. – там можно задать дату отправки.

Как и о чем писать?

Форма письма может быть любая. Схема, дневник, рисунок, отдельные заметки. Не стоит слишком драматизировать или погружаться в розовые тона. Постарайтесь оставаться беспристрастным наблюдателем. Избегайте оценок и отрицаний, *лучше сосредоточиться на чувствах*

. Обращайтесь к себе в будущем, как к отдельной личности, которой вы **искренне хотите помочь**

.

Совет из мультика про обитателей деревни Простоквашино – бланк поздравительный, поэтому сначала нужно поздравить! *Письмо должно начинаться с приветствия*. Это позволит абстрагироваться и смотреть на все происходящее со стороны, освобождаясь от эмоций.

Текст послания зависит от ситуации. Общие рекомендации примерно таковы: опишите, как вы себя чувствуете, ваши мечты и цели, устремления, о чем вы сейчас занимаетесь, что для вас сейчас особенно важно, чего хотелось бы достигнуть именно через год, о чем обязательно хочется рассказать. Перечислите опасения и тревоги. Подумайте, какой вопрос себе в будущем вы бы хотели задать, о чем захотите себя спросить потом при встрече с собой из прошлого. Вложите пару фотографий или поставьте на них ссылки.

Самое время написать письмо в будущее

Автор: admin

24.01.2011 18:48 - Обновлено 31.10.2014 14:28

Теперь осталось отправить письмо. Если оно бумажное – обязательно сделайте пометку, когда его нужно вскрыть. Можно сделать это своеобразной ежегодной **нового дней традицией**

.

Человек устроен так, что он все время к чему-то стремится. Можно одновременно хотеть и отдохнуть вечером у телевизора, и добиться непревзойденных высот на профессиональном поприще. Главный шаг на любом пути – постановка целей. Описав их на бумаге, вы *концентрируетесь на конкретных намерениях, а соответственно продвигаетесь к осуществлению задуманного* . С Новым годом!

Автор - **Татьяна Гольцова**

[Источник](#)