

А можно ль жить чуть-чуть иначе? Можно!

Отчего-то вам весь год не везет и не везет! Хороший знакомый умер, работу достойную потеряли, супруга подала на развод, сумку с кошельком и документами случайно оставили в магазине, сосед справа закончил ремонт, но капитальный ремонт затеял сосед слева, и в вашей квартире – ни тишины, ни уюта, ни спасения... Сочувствую. Но просто сочувствие вряд ли поможет, хотя и оно необходимо в жизни. А кто или что поможет? Поможет одно волшебное правило: помоги себе сам!

Открыть дверь везению просто. Прежде всего, надо заиметь желание стать любимчиком жизни и фортуны. Ведь многим из невезучих нравится их состояние и положение «всеми обиженного человека», и кажется: невезучие уже тем правы, что их жалеют, а значит виноват кто-то, но не сам источник невезения. А еще любой здравый взрослый человек знает, что надо, поняв причины своих неудач, начать борьбу с самим собой. А это трудно, очень трудно, да если еще и характер замешан на лени...

И вот вам больно, до одури больно! И поэтому надо **утихомирить боль и успокоиться** – это первоочередная задача, без выполнения которой все остальные действия теряют смысл... Вспомните детство, сколько раз вы падали, ушибались, травмировались – и все практически бесследно зажило, даже память слегка приукрасила действительность. Вот вы недавно с улыбкой рассказывали коллеге о том, как пятилетним ребенком съехали с горы и разбились на трехколесном велосипеде. Были трещины в коленных чашечках, рентген, слезы матери, отчаяние отца, ваши бесконечные боли... Полгода понадобилось для того, чтобы вновь научиться ходить. И вы со смехом нагружаете товарища по работе своими яркими детскими впечатлениями о той трагедии? Значит, все проходит, значит, время лечит и даже вносит свои коррективы в ваше отношение к событиям...

Ну, это о физической боли. С душевной болью справиться гораздо сложнее. Может быть. Но и страдания духа подчиняются главным законам вселенной: что было, то и будет; ничто не ново под луной; все там будем, всё проходит... Подумайте о том, что будет с нашим миром через лет сто, тысячу, десять тысяч? И поэтому **освободитесь от боли!** Плачьте, рыдайте, рычите, бейте кулаками свою подушку, потому что нельзя прийти в себя до тех пор, пока не избавишься от первопричины боли. Чтобы стало легче, надо выплеснуть свои чувства в окружающий мир.

Но предаваться горю открыто следует только наедине с самим собой или, по крайней мере, в присутствии того, кому доверяете полностью. Очень хорошего эффекта можно добиться на поляне в лесу или в чистом поле, если от души, во всю силу покричать одиноким зверем на всю ту несправедливость мира, что досталась вам. Природа откликнется, она утешит.

Когда чувства пришли в кое-какой порядок, подумайте о том, что у вас нечто подобное случилось и ранее, **было, но вы выжили!** Еще в школьные годы трагически погиб ваш друг, а вы лет 15 не были на его могиле, забыли почти о нем. И работа у вас не первая – вы нашли и вторую, и третью. И супруга не в первый раз грозитя разводом и применяет развод не как разрыв, а как средство вашего перевоспитания. И сумку вашу с документами совершенно случайно увозили в город Орск, но через месяц она вернулась. В квартире шумно? А вы посетите кузнечно-штамповочный цех моторостроительного завода или побывайте на военном аэродроме, где истребители один за другим, конвейером взлетают и садятся по кругу. Вот там шумно, но люди работают... Всё самое страшное уже у вас было, и вы выжили, и вам удастся сделать это и сейчас.

Очень полезно посетить заброшенные городские развалины. Когда-то в них кипела жизнь: люди любили и страдали, воспитывали детей, и казалось, что так будет вечно... Нет тут теперь никого. И вы задайтесь вопросом: **будет ли ваша неудача иметь какое либо значение** лет через десять? Сравнивая ее с предыдущими неудачами ваших знакомых, вы поймете, что ваша не стоит особых переживаний.

И теперь главное – **перейти в позитив**. Вспомните свои удачи. Их много, они были, но травмированная душа забыла о хорошем, восприятие жизни сузилось до негатива... А помните, вы внесли рацпредложение, и вас за это премировали, хвалили, и самое главное, на ваших глазах внедрили его в жизнь. А у вас полгода назад появился первый внук: ваш род продолжается и вы – счастливый человек. А пока вы были без работы, сколько полезных дел вы реализовали дома! И жена уже явно собирается в суд, чтобы отозвать дело о разводе. И кто-то позвонит завтра, чтобы наконец вернуть вам злополучную сумку и документы (сумку за провинности советую сразу же казнить и заменить ее приличным дипломатом). Сосед со своим ремонтом вынудил вас совершать вечерние прогулки, и вы подумали о собаке... А что, была же раньше, можно и снова завести, тогда хоть прогуливаться придется чаще. Ура! У вас появляются мысли о будущем, планы. Это первый признак душевного выздоровления.

Но нельзя доверять смутным прозрениям и порывам. В полном одиночестве **установите**

причины своих неудач

. Прямо спросите себя, явились ли они следствием ваших действий или бездействий? И в этой связке причин надо выявить самую основную, которую и придется искоренить в первую очередь, а потом уж и остальные. Что делать, Бог велел совершенствоваться бесконечно...

Когда появится желание жить чуть-чуть иначе, в дружбе со своими способностями и желаниями, приглядитесь к коллеге-победителю. Если вы потерпите поражение от оппонента, то знать, что он сделал более правильно, важнее, чем выявить причины ваших неудач. Поняв, как им была достигнута победа, и вы сможете добиться успеха. Однако блажен тот, кто не сравнивает себя ни с кем и не завидует никому. Такие люди воистину счастливы при жизни.

Конец – делу венец: учитесь отступать и начинать все заново. Если жизнь выбила вас из колеи, то самое благоразумное в такой ситуации – это приподняться, осмотреться (подняться, встать с дивана, с колен...) и начать все сначала, но на новой основе, с обновленными принципами. Вспомните те ощущения юности, которые ошеломили вас после выпускного бала в школе: весь мир открыт и он в ваших руках! Невозможное – возможно! Дорогу красивой мечте!

Хватит переживать, начните действовать хотя бы с малого позитивного движения, ведь чем дольше вы будете позволять неудаче держать вас в ежовых рукавицах, тем труднее будет разжать ее мертвую хватку.

Автор - Александр Филатов

[Источник](#)