Автор: admin
16.02.2011 11:31 - Обновлено 29.10.2014 10:30

Как ежедневно продвигать себя к успеху, или «Я самый …»?

«Да будет слово Ваше: да – Да, нет – Нет,
а всё, что сверх того, то от лукавого.»
Нагорная проповедь.
Евангелие от Матфея 5:37.

Все мы родом из детства. Даже взрослые, надутые и важные дяди и тёти. И реакция на большинство жизненных проблем у большинства взрослых людей – детская. Надутость и обида! Обвинение других во всех своих неудачах.

А что, если заменить эту реакцию другой? Непосредственностью, весельем, весёлыми побегушками?

Нет же! Не по-взрослому это… Вот обидеться… По-страдать, высказывать каждому встречному «какие все козлы…» – это по-взрослому…
– А что, все так делают…
Комплекс «маленького человека», по моим наблюдениям. Самый распространённый среди окружающих меня людей. «Мы ж люди маленькие, от нас ничего не зависит». Самый важный и надутый чиновник словно сжимается, когда в кабинет заходит его непосредственный начальник. Чего уж говорить о «простом человеке…», коих большинство повсюду…

Меня всегда удивляло, почему эти люди не хотят поменять свою, вроде бы скучную, неинтересную и полную «унижений» жизнь. Почему?!
Почему, разговаривая со мной, они говорят, «тебе хорошо, а вот мне…» и начинаются оправдания.
«Жизненный опыт подсказывает…», «у меня ничего не получится, потому что…». Если при этом этот человек ещё тяжко повздыхает, то действительно начинаешь верить, «да, у этого человека действительно ничего не получится».

И всё-таки изменить характер возможно!

Даже в зрелом возрасте!

Причём подавляющее большинство людей просто не подозревают, как это просто! Вот такой прикольный каламбурчик получился.

Начнём издалека… Вспомните себя маленького, беззаботного, играющего в песочнице. Задумали замок. Р-рраз и вот уже ведёрком сделали четыре башни, совочком нагребли стены, – замок готов! Два взмаха лопаткой, полиэтиленовый пакет с ближайшего мусорника, вода из ближайшей лужицы – что получилось? Сначала бассейн для пупса, а потом нашли пустой коробок из под спичек – получилось озерко с корабликом. Машинку соседский пацанёнок принёс, копнули в песке рукой, вот и гараж! Провел рукой по песку – дорога.

Всё получалось быстро и легко, а что не получалось, забывалось быстро, потому, что вокруг столько интересного!

А что у нас, взрослых? Люди с серьёзными фэйсами (лицами эти маски назвать как-то язык не поворачивается) так привыкли страдать, что само страдание уже стало для них если не кайфом, то чем-то привычным и комфортным, а веселье и непосредственность, наоборот, чем-то непривычным и некомфортным. Но почему?

Обычно принято сваливать всё на родителей, школу, окружение.

Но ей-богу, если Вы скажете себе «Я самый лучший» и улыбнётесь себе, Вы увидите, как поменяется Ваше настроение. Пускай ненадолго. Но всё-таки… Мир на мгновение изменился!

Все мы знаем о своих недостатках. Исправить их очень просто!!!

Надо знать лишь одно очень простое правило. Любой Ваш недостаток – это привычка. Привычка, которую Вы вырабатывали и закрепляли годами, а то и десятилетиями! И за один раз её (эту привычку) не исправишь!
Надо просто заменять одну привычку другой.

Например, с детства Вы очень робкий (или робкая).
Подтверждение этому Вы получаете всю жизнь.
Начните с малого. Просто повторяйте себе каждый день (утром и вечером обязательно, днём желательно) – «Я самый (самая) смелый (смелая)». Сначала про себя. Постарайтесь найти этому подтверждение. Можно ускорить события. На «тарзанку» сходить. Потом скажите это вслух. Сначала без свидетелей, потом публично. Да, сначала окружающие удивятся… Не бойтесь, они быстро привыкнут. Найдя подтверждение своей смелости – похвалите себя. В общем, технология проста и напоминает эксперимент с собакой Павлова, – Вы просто формируете у себя условный рефлекс. Рефлекс – быть смелым.

Точно также поступайте и с другими своими «недостатками». Господи, слово-то какое. Превращайте их в антиподы – «достатки». Круто сказал!

Фатальных недостатков нет. Есть привычки, автоматические, запрограммированные действия. А как изменить привычку, Вы уже знаете!

Действуйте!
У Вас всё получится!

Автор - Михаил Груздев
Источник