

Как преодолеть страх перед трудностями?

Наша жизнь полна событиями. Хорошими и разными.

Проблемы, трудности будут в нашей жизни всегда. Точнее, будут происходить события, которые мы решаем для себя воспринимать как проблемы и трудности. И нет смысла ждать, когда небо полностью очистится от облаков для того, чтобы начинать радоваться и чувствовать себя счастливым.

Получать удовольствие можно от каждого момента своей жизни! Состояние счастья – это процесс, а не результат.

Каждая проблема или трудность несет с собой подарок. Хотя бы то удовлетворение, которое мы получаем, преодолев эту трудность или решив проблему, а также чувство уверенности в себе, которое укрепляется в нашей душе после достижения очередной вершины. Вспомните, какой подъем царит в душе, когда Вы все-таки смогли преодолеть себя, переступить через страх и сделать то, что казалось почти недостижимым!

Страх перед трудностями – это лакмусовая бумажка, это указатель направления, в котором нас ждет развитие!

А Вы знаете, что благодаря энергии, которая вырабатывается, когда мы преодолеваем свои страхи, можно исполнять свои заветные желания? Есть то, что Вы давно хотите получить? Подумайте об этом в самых ярких красках и сделайте то, что долгое время не решались сделать, что-нибудь необычное для себя! Например, спеть песню на автобусной остановке, сделать доклад перед аудиторией, пройти в необычной одежде по улице, провести переговоры с руководителем, познакомиться с красивой девушкой, прыгнуть с парашютом и т.п.

И Вы увидите, как желанное само собой начнет исполняться, после того, как Вы смогли перешагнуть еще один барьер внутри себя, преодолеть еще один комплекс, который мешал наслаждаться жизнью в полной мере. Это мощная энергия освобождения способствует исполнению Вашей мечты! Чем больший страх Вы преодолеваете, тем сильнее эта энергия, тем больших результатов Вы можете достичь.

Как преодолеть страх перед трудностями

Автор: admin

12.08.2011 22:56 - Обновлено 30.10.2014 02:52

А еще, чтобы растворить страхи, которые имеют место в Вашей душе, начинайте испытывать благодарность! В момент, когда чувствуете страх, выпишите на бумажку или подумайте о том, за что Вы сейчас, в этот момент благодарны жизни! Поблагодарите окружающий мир за подарки, которые он приготовил для Вас, за ту заботу, которую мир проявляет о Вашем развитии, подбрасывая интересные и порой трудные задачи для решения. Тем самым мир показывает нам все новые вершины, которые можно преодолеть, открывает перед нами все новые и новые горизонты для нашего самосовершенствования.

Поглотить тьму может только свет, включенный нами самими!

Автор - **Ольга Фирсова**

[Источник](#)