Автор: admin
23.01.2011 17:26 - Обновлено 31.10.2014 14:25

С чего начать новую жизнь?

Как часто приходится слышать о том, что кто-то решил начать новую жизнь. Особенно актуальна фраза: «Все! С понедельника (Нового года, дня рождения и т.п.) начинаю новую жизнь!». Зачастую данная фраза так и остается лишь словами. Почему? Да просто потому, что все мы боимся в своей жизни что-то менять. Ведь нет никакой гарантии, что начав менять свою жизнь, мы останемся довольны результатом. Естественно, если знать наперед результат, все было бы очень просто. Увы, в жизни так не бывает. А новой жизни хочется, и ой как часто! Так с чего начать НОВУЮ ЖИЗНЬ?

Для начала стоит определиться с тем, чего Вы от этой, новой, жизни хотите. Не лишним будет определиться с целями. Не поставив цели, Вы никогда не будете знать, в каком направлении двигаться и достигли ли Вы желаемого. Определиться со своими желаниями (они же цели) не составит особого труда. Уединившись, возьмите чистый лист бумаги и карандаш. Кто-то воскликнет – опять писанина! Что ж, если Вы действительно хотите что-то изменить в своей жизни, без этого не обойтись. Для того, чтобы определиться с целями, не нужно весь вечер напролет сидеть в уютном кресле и мечтать. Достаточно уделить написанию целей всего тридцать минут.

Не бойтесь, просто напишите все, чего Вы от жизни хотите. И не стесняйтесь! Хотите замуж за принца? Вперед! Только укажите, за какого именно принца, чтобы недоразумения какого не вышло. А то вдруг он окажется принцем с Востока, позовет Вас в свою знойную страну, а Вы жару не переносите. Вот обидно будет! А если серьезно, то к постановке цели следует относиться со всей ответственностью. Недостаточно просто написать: «Хочу быть богатым!». Нужно определиться с конкретной цифрой, определяющей уровень именно ВАШЕГО БОГАТСТВА. Смелее! Если Вы боитесь даже на бумаге написать о том, что хотите иметь миллион, то представьте, как этот миллион будет бояться встречи с Вами!

Итак, Вы изложили на бумаге все свои желания. Далее берете следующий лист бумаги и пишете то, что Вам нужно сделать для осуществления каждого из них. Если Вы хотите купить квартиру, то пишите - где, какую, сколько комнат, сколько Вам нужно денег на эту квартиру и т. д. Одним из Ваших желаний является получение образования? Здесь не лишним будет указать конкретное учебное заведение, в котором Вы хотите учиться, через какой промежуток времени Вы хотите его закончить и какую специальность получить. В общем – важна конкретика. Все то же самое проделываете с остальными пунктами.

Список желаний готов? Теперь Вам предстоит сделать карту Вашей новой жизни. Да, да, именно карту. И именно ВАШЕЙ ЖИЗНИ. Кому-то сама идея создания подобной карты покажется смешной, но, как показывает практика, данный способ, как один из способов мотивации, помогает достичь таких высот, о которых страшно было даже мечтать. Все обязательно будет именно так, как Вы укажете на своей карте, если конечно Вы действительно страстно об этом мечтаете. Поэтому еще раз настоятельно рекомендую перечитать все Ваши желания и решить – действительно ли ВЫ этого хотите? Советую сразу же вычеркнуть все НЕ ВАШИ желания. Я говорю о желаниях Ваших близких, друзей, коллег и просто знакомых, о тех желаниях, которые Вам кто-то навязывает. Ведь Вы хотите начать новую жизнь? Тогда начинайте свою жизнь и перестаньте жить чужими желаниями!

На время создания карты Вы превратитесь в ребенка, даже если очень этого не хотите. Это своеобразная игра. И очень интересная. Берете ватман (или любую другую бумагу, размером с приличную карту – жизнь-то длинная и желаний много!), старые глянцевые журналы или любые картинки с изображениями Ваших желаний, краски, фломастеры и другие принадлежности для рисования, а также клей. Если какой-то картинки не нашли – создайте ее при помощи компьютерных программ, коих сейчас превеликое множество и даже человек вовсе не умеющий рисовать может создавать потрясающие вещи!

Картинку, изображающую самую важную Вашу цель, поместите в центр ватмана и хорошенько приклейте. Точно так же поступайте и со всеми остальными картинками, иллюстрирующими Вашу новую жизнь - приклеиваете их в том порядке, в котором они более всего радуют Ваш взор. Когда все картинки будут на местах, украсьте свою карту так, как считаете нужным. Добавьте забавные надписи, комментарии, важные даты и просто пожелания самому себе. Под изображением каждого желания можете вписать пару фраз о том, как планируете осуществить это желание и что для этого нужно. Для этого мы и занимались «писаниной», так что внимательно изучите все, что ранее Вами было написано и ключевые фразы расположите на карте Вашей жизни.

Сверху и снизу прикрепите к карте деревянные планки, чтобы она не деформировалась со временем. К верхней планке прикрепите веревку или красивый бант. И водрузите сиё высокохудожественное произведение в центре Вашей комнаты. Не бойтесь мнения окружающих!

Это Ваша жизнь, а этот коллаж, висящий на стене Вашей комнаты – КАРТА ВАШЕЙ

ЖИЗНИ! Вы никогда не собьетесь со своего пути, если будете следовать по маршруту карты Вашей жизни! Удачи в пути!

Автор - **Людмила Серебренникова**

Источник