Автор: admin
10.10.2011 17:02 - Обновлено 31.10.2014 05:20

Негатив - норма жизни или способ изменения сознания?

Я специально не стану ничего писать о плохом, чтобы даже словом не напомнить о его существовании. Негатива и так слишком много, он нас окружил, поставил массу преград для соприкосновения с прекрасным, позитивным, радужным и добрым.

Как научиться радоваться жизни при любых обстоятельствах, решать проблемы других, а свои не создавать вовсе, быть всегда любимым и уважаемым, здоровым и жизнерадостным, красивым и умным, способным или талантливым, везучим и удачливым, добрым и ласковым, нежным и заботливым, приятным в общении и прекрасно выглядящим, иметь развитое чувство юмора и быть веселым, даже когда грустно на душе, верить самому и, чтобы верили тебе и в тебя, быть дружелюбным и добросердечным, отзывчивым и добродетельным, порядочным и честным, избавиться от вредных привычек, зависти и ханжества. Как быть соучастным к горю и беде других, но не падать духом самому, быть непоколебимым, беспристрастным, бескорыстным и самодостаточным, трудолюбивым и иметь сильный характер, волю, стремление, независимость...

Да как-то так, примерно: не принимать все близко к сердцу, не смотреть плохих передач, новостей, не слушать плохих прогнозов, плохую музыку, не читать ненужных и плохих книг, журналов, газет, не дружить и не общаться с ущербными, злыми, вредными, завистливыми, кровожадными любителями ужастиков, боевиков. Не иметь в своем окружении игроманов, властолюбцев, дураков, бездуховных, ничем не интересующихся и не интересных, неудачников и лоботрясов. Обходить стороной озлобленных, хамов, сквернословов, с ними нет смысла бороться или пытаться осечь, им нужна изоляция от вашего внимания и реакции, тогда они сами поймут свою ущербность и ненужность и попытаются быть похожими на вас. Но у них вряд ли получится это сделать так же быстро, как вам, ведь вы знаете, чего хотите, а они пока – нет.

Любить и беречь природу, красивых и любимых женщин, детей, родных и близких, настоящих друзей и подруг, быть готовым к самопожертвованию ради них.

Не забывать о чувстве меры во всем, не забывать хорошего, сделанного вам когда-либо кем угодно, не иметь долгов, держать в душе только хорошие воспоминания и переживания. Любоваться, наслаждаться, радоваться всему и притягивать все, что

делает вас хоть немного счастливее. Влюбляться, дружить, общаться, заниматься творчеством, танцевать, петь, играть, рисовать, слушать. Улыбаться, смеяться, удивляться, больше двигаться, менять обстановку, уезжать, улетать, убегать от всего негативного, что вас пытается окружить. Выговариваться, удовлетворяться, очищаться духовно и физически.

Если же все-таки у вас плохое настроение или беда, а может, даже горе, не зацикливаться на этом, переключать свое сознание на события, этому предшествующие, с положительным знаком, вспоминать или думать о хорошем, что было связано с этим человеком или с вами. Не опускайте рук, безысходности не существует, кроме как в вашем сознании, запутавшемся и расстроенном негативными обстоятельствами, расставляйте правильно акценты, направляя ваши мысли и помыслы в нужное позитивное русло.

Смотритесь в зеркало только тогда, когда вы себе нравитесь, вы это почувствуете, улыбнитесь ему, и оно вам ответит тем же, как и люди вас окружающие. Несите в мир радость и хорошее настроение, добрые слова, дела и поступки. Заряжайтесь энергией космоса, природы, веры, любви. Никогда не теряйте надежды. Конец чего-то – это всегда начало следующего этапа. Совершенству нет предела, если избегать значимых препятствий на его пути. Старайтесь не ошибаться в выбранном, и вам воздастся по вашим заслугам.

Постарайтесь на протяжении вашей жизни сделать счастливыми как можно больше людей. Люди часто беспомощны в решении сложных вопросов потому, что их этому не научили. Впрочем, с большинства нет и спроса.

Автор - **Олег Пикалин**

Источник