Автор: Coilas
28.06.2009 18:20 -

Правда

Очень часто мотивационные курсы и книги сводят все к тому, чтобы стучать ногами и кричать во все горло, что все получится, если захотеть. Даже если вы физически не делаете ничего подобного, приглядитесь, ведь точно крики о всемогуществе на пути к цели, правда?

И это я считаю большой проблемой. Нет, вовсе не для тех, кто это продает. Результаты от такой накачки видны, вне всяких сомнений. Просто они кратковременны. Это не та мотивация, которая будет вас питать изнутри на всем жизненном пути. Это скорее путь продавать вам следующий курс, когда пружина раскрутится и вам будет новый завод.

Обычный подход к мотивации

Накачивание вашей мотивации снаружи помогает вам просто потому, что слова убеждения, произнесенные кем-то, особенно кем-то, обладающим авторитетом, безусловно, оказывают влияние. Это вполне просто объяснить и каждый способен заметить наличие такого влияния авторитетов на себя самого.

При этом в основе своей мотивационный заряд содержит лишь призыв к вашему упрямству и гордости, призывает вас доказать, что вы не хуже других, ведь другие смогли добиться цели, и добились ее именно и только благодаря вере в себя и прохождению нужного тренинга или прочтению правильной книги.

Почему это обламывает?

По сути, чушь ведь говорят. На каждого из добившихся цели приходится десяток-другой тех, кто подобной цели не добился. Но даже если вы упомяните сей факт, как и представитель любой религии, тренер сошлется на «нехватку веры», то есть несоблюдение заветов. Поскольку заветы часто представляют из себя почти исключительно около-психологические пассы, связанные с само-убеждением, то проверить степень их соблюдения невозможно, а вот обвинить – абсолютно реально.

Но надо очнуться от спячки и подумать самому. Надо понять, что даже если свято верить в учение и соблюдать все заветы, этого может быть недостаточно, чтобы достичь цели в приемлемое время, по крайней мере. Почему?

Просто потому, что ресурсы всегда ограничены, и вы ничего не знаете о завтрашнем дне, возможно аннушки залили маслом всю вашу дорогу. Нет. Я не настолько фаталист, как вам может показаться, дело не совсем в этом. Найти способ себя мотивировать,

несомненно, нужно. Но не следует при этом себе лгать. Вы можете не достичь цели. Мотивировать вас должна сама деятельность, которая к ней ведет.

То есть вы должны просто получать кайф от того, чем занимаетесь, чувствовать, как вы меняетесь и «растете над собой». Иметь впереди цель в виде представления о том, что вы сейчас видите своим счастливым будущим, несомненно нужно - просто для того, чтобы правильно расставлять приоритеты, но меняясь вы почувствуете, что старые цели могут становиться не так притягательны и от того значение самой дороги еще больше возрастает.

Сверх-мотивированные люди, которые настолько нацелены в будущее, что просто не успевают жить сейчас, редко бывают счастливы просто потому, что они летят от цели к цели, но добиваясь их, не понимают, что с этим делать. Это образ жизни и либо вы научитесь получать радость здесь и сейчас, либо вы просто никогда не будете счастливы, даже если вы будете снайпером, поражающим каждую цель.

Как стоит мотивировать себя

Главным посылом, на мой взгляд, тут должно стать признание факта, что вы может быть и не измените мир, но, если будете работать, то станете лучше, пройдете дальше и будете счастливее. Не стоит замирать на одной глобальной цели – занимайтесь собой на любом месте, получайте кайф от того, что вы делаете что-то все лучше и лучше, а захотите – начинайте все заново на новом месте, а то и в совсем новой для себя области. Вы действительно добьетесь многого на любом поле, если вам в радость происходящее с вами.

Например, занимаясь спортом, ведите журнал. Смотрите, вы становитесь лучше, сильнее или худеете. Каждый день становитесь лучше. Испытайте удовольствие от этого. Не стоит прибивать ко лбу изнутри цифры и идти напролом к ним – так вы может быть к ним и придете, но будете ненавидеть путь. А путь – это и есть жизнь.

Вывод

Мотивируйте себя правдиво. Говорите правду, и вам не придется вкалывать новые дозы, не придется защищаться от других – ваша уверенность будет с вами. Я сделал шаг и приблизился. Это правда и этому нужно радоваться.

Только не забывайте смотреть, куда вы идете.