

У многих в жизни есть такой ритуал - это откладывать и накапливать отложенные дела. Да многие из вас сейчас подумали - да я это знаю , это все я уже много раз слышал так что...

Ок, тогда я задам тебе такой вопрос : "А действительно ли ты в полной мере внедрил и пользуешься в своей жизни, тем что знаешь?"

Честно ответь себе на вопрос : "Когда ты в последний раз что-то откладывал на потом?"

К сожалению, очень часто мы сами, не замечая того, многое знаем только на уровне знаний , но уровень применения этого очень сильно страдает. Мы сами придумываем отмазки себе, чтобы не замечать этого и продолжаем искать волшебную таблетку на уровне знаний. А все потому, что в момент, когда мы узнали не было достаточной мотивации для внедрения , не были созданы правильные ассоциации для этого, не было времени или еще что-то, или луна в созвездии весы не находилась и мы решили отложить на 34 мартабря...(вставить на свой вкус).

Возник этот ритуал, а позже и стал привычкой у многих(у меня раньше в том числе) ещё со школы или универа, когда надо было делать то, что не очень любишь, какие-то домашки и прочее. А не ТО, ЧТО ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ХОТЕЛОСЬ.

Помните как в универе вечером или ночью перед экзаменами начинали учить?

А как было в ломы перед летней сессией учить, когда можно было пойти на пляж с девушками?

Самое интересное, что такая же вещь происходит с нами и сейчас, иногда видим классную идею или проект, зажигаемся ею, начинаем делать и часто забиваем, особенно часто это бывает тогда, когда успех не является 5-минутным делом, а результат, иногда находится в далеке.

А потом случается так, что возникает ситуация класса Ж(например дедлайн сдачи в универе или на работе на следующий день) и если не сделать то будет - ОЧЕНЬ ХРЕНОВО, и мы кидаемся быстренько делать, часто те отмазки, которые мы придумывали, чтобы затянуть процесс для соблюдения ритуала, почему то перестали действовать. А все потому что боль от того что мы не сделаем уже очень сильно превышает удовольствие от занятия чем-то другим и по времени уже начинает становиться реальностью. Бессознательное как ответ выдает чувство тревоги.

А вот такая вот фишка у нас у людей, для того, чтобы избежать боль мы начинаем шевелиться быстро-быстро, а для того, чтобы прийти к удовольствиям , наслаждению и потрясающе интересным вещам, мы делаем это гораздо медленнее.

Ок. Но почему так получается? Почему большинство живут именно так?

Это уже стало ритуалом. Ты постепенно привыкал откладывать одну вещь за другой. Ты все откладывал и откладывал. Потом этот шаблон переходил на другие сферы жизни. А ведь это чревато.

Человек постепенно привыкает делать это медленно. Психика привыкает, что любое дело - это не дело пяти минут и иногда мы сами себе ставим палки в колеса, затягивая процесс решения в разы или даже десятки. Человек привыкает, что все его цели тоже должны реализовываться медленно. Соответственно скорость его жизни сильно падает и только с удивлением смотрит на тех людей, которые успевают управлять 2 бизнесами , иметь жену и пару любовниц и при этом успевать вести очень разнообразный образ жизни , ходить по клубам , заниматься спортом , серфингом , кататься на лыжах , быть в

Откладывание - это просто ритуал

Автор: Axeweaver
16.01.2010 05:05 -

курсе событий и посещать светские мероприятия.

Теперь ты видишь сколько боли в твою жизнь приносит откладывание?

А теперь представь себе, что будет если ты начнешь реализовывать вещи и идеи сразу?

Я хочу, чтобы ты себе представил эту картину, каковой будет твоя жизнь?

Я уверен, что ты за день будешь успевать гораздо больше, чем раньше. Когда я начал это применять, я начал ощущать прилив энергии и сил и не смотря на то, что мне казалось раньше, что ничего не делая, я отдыхаю, теперь вечером у меня всегда классное настроение и масса энергии (которую как ни странно забирало именно откладывание, потому что я все время знал, что нужно еще сделать это и это и это). Я стал гораздо больше успевать, в моей жизни за 1-2 недели начали реализовываться вещи, которые до этого мне казались целями на год вперед. Окружение начало еще лучше реагировать на меня и я еще чаще начал ловить на себе заинтересованные взгляды мимо проходящих девушек.

А ведь для этого нужно просто взять и делать!

Просто возьми контроль над своей жизнью и начни это делать прямо сейчас.

Просто начни!

Ведь ты же хочешь успеть реализовать все свои мечты и в максимально короткий срок, а не ждать старости, когда тебе это будет не нужно?

(с) Личная Сила,

<http://avening-angel.livejournal.com/>