Автор: admin
02.10.2011 15:44 - Обновлено 29.10.2014 10:03

Как быть самим собой?

Быть тем, кто вы есть на самом деле, то есть самим собой – это трудно? И да, и нет. Многие ответят, что трудно. **Причина – страх показаться не тем, кем вас привыкли видеть.**

Быть самим собой – это проще пареной репы. Нужно просто быть максимально честным с самим собой. Люди достаточно хорошо умеют притворяться и зачастую, общаясь с каким-то человеком, можно чувствовать его притворство. И конфронтация усиливается пропорционально тому, как вы изменяетесь и становитесь похожим на самого себя.

Нам хочется находиться в окружении настоящих людей, а не в обществе масок. Людям, которые не притворяются, действительно комфортно быть с самими собой, у них здоровое представление о себе. Более того, они меньше всего заботятся о том, что о них подумают другие.

Все мы желаем иметь с окружающими хорошие, мирные отношения. Когда вы стараетесь жить в согласии с ожиданиями других людей, вы сами создаете себе огромную проблему. В большинстве случаев ожидания окажутся неоправданными.

Люди никогда не скажут вам откровенно, каким, по их мнению, вы должны быть и чего они от вас хотят.

Итак, если вы никогда не узнаете точно, в каких отношениях вы находитесь с человеком, как вы поймете, каким именно образом вам нужно себя с ним вести? Оставьте подобные мысли! Вам все равно не удастся проникнуть к нему в мозги!

Просто будьте собой! Если у других не получается заставить вас быть тем, каким они хотят вас видеть, чьи это проблемы? Это их проблемы, а не ваши!

Быть самим собой в любой ситуации, на самом деле, снимает самое большое напряжение. И таким образом, вам никогда не придется беспокоиться о том, чтобы быть тем, кем вы на самом деле НЕ являетесь.

Быть самим собой – это адреналин в чистом виде. Многие люди совершенно не будут знать, чего от вас ожидать дальше. Кто, скажите мне, придумал правила следовать определенному курсу в вашей жизни? Наберитесь смелости и перестаньте следовать правилам, став загадкой для окружающих.

Начните жить нестандартно, напрягите все свое воображение, чтобы делать не так, как всегда. Будьте незаурядным! О! Поверьте мне, ваша жизнь превратится в сплошное приключение, где на каждом шагу будут возникать захватывающие ситуации с неожиданным решением.

Вы, наконец-то, попробуете настоящий вкус жизни, полной неординарных происшествий. Быть самим собой – совсем не сложно, потому что этот процесс настолько бесконечен и захватывающий, чтобы думать о сложных вещах.

Научиться быть самим собой – это значит принять ответственность за свои действия и взглянуть на себя со стороны.

Возможно, вы станете более уязвимым, потому что это будет сопряжено с постоянным риском быть не понятым друзьями. Но если вы готовы жить по максимуму, вы должны рискнуть.

Даже если вы и потеряете, это будет намного-намного меньше того, что вы приобретете. Не оглядывайтесь назад! Смотрите прямо в будущее! Живите так, словно вам уже нечего терять.

Ну и что, что старые друзья оставят вас! Вместо них придут такие, которые будут иметь точно те же взгляды на жизнь, как у вас. И более того, они не узнают, каким вы были недавно. И им, естественно, не с чем будет даже сравнить.

Не бойтесь чувствовать себя комфортно в присутствии новых людей. Тренируйте навыки общения. **Самый лучший способ победить страх общаться с новыми людьми – начать самому беседу.** Кому-то надо будет устанавливать правила. Что если это будете вы? Возьмите себе хорошую поговорку в привычку: «Если не я, то кто?» Серьезно! Помогает быть самим собой.

Существует весьма удивительный способ общаться полноценно с каждым человеком без ущерба самому себе. Этот способ безупречного общения – научиться воспринимать людей как тайну! Что, если бы вы не знали, кто они такие?

Например, вам попался тупица, а вы о нем совершенно не знали, что он такой. И относитесь к нему без всякой предвзятости. Он совсем не будет выглядеть тупицей в ваших глазах. Наоборот, вы своим отношением поможете ему взглянуть на себя по-другому. Однозначно, это вознесет его в его же глазах. Принимайте его просто, как будто вы встретились впервые.

Я не хочу сказать, что это будет всегда получаться гладко со всеми людьми. Нет, далеко не со всеми. Однако если вы себя повели с ними не так, как другие, они не забудут этого.

Никогда не бойтесь проявлять себя с людьми таким образом. Вас это сильно раскрепостит в проявлении себя настоящего и поможет другому человеку стать тоже самим собой, настоящим.

Способ видеть в каждом человеке тайну – РАБОТАЕТ!!! Быстрота результата вас удивит – дураки и тупицы исчезнут из вашей жизни навсегда!

Будьте собой! Быть собой заразительно! Когда другие люди увидят, что вы наслаждаетесь собой и радуетесь жизни, им тоже захочется этого!

Автор - Елена Скалацкая
Источник