Автор: admin
19.04.2011 18:56 - Обновлено 30.10.2014 04:05

Как сделать жизнь интереснее?

Бывает, что мы устаем от однообразия, замечаем, что жизнь похожа на бег по замкнутому кругу «работа-учеба-дом». Вот тогда мы и задумываемся – как бы все это изменить? Как внести разнообразие? Как сделать жизнь ярче и интереснее?

Это в наших руках! В основе интересной и насыщенной жизни лежат следующие принципы:

1. Наличие цели и ее достижение.

Наличие цели заставляет нас делать множество шагов к ее достижению. Мы мечтаем, осуществляем свои желания, ищем новые пути и способы добиться своего. И пока мы к стремимся к цели, наша жизнь полна событиями и впечатлениями. Поставьте перед собой цель, но не ту, которая сама рано или поздно случится (повышение на работе, получение диплома), а ту, к которой надо стремиться и прилагать усилия: создать собственный бизнес, открыть свою выставку, сделать сайт, основать клуб, завоевать звание «Мисс Россия». Чем цель грандиознее, тем лучше, тем интереснее будет ее достижение.

2. Наличие хобби, увлечений.

Увлеченному человеку не бывает скучно, хобби занимает свободное время и дарит массу положительных эмоций. Хобби могут быть и активные, и достаточно спокойные, но в любом случае, они вносят разнообразие в нашу жизнь и дарят удовольствие. Выбирайте хобби на свой вкус и увлекайтесь: спорт, музыка, рукоделие, экстрим, танцы, йога, путешествия, чтение, коллекционирование, творчество, рисование, фотография…

3. Жизненная активность.

Активному и деятельному человеку жить всегда интересно. Он много всего желает и делает, а на горизонте всегда виднеются новые проекты и нереализованные мечты. Не сидите без дела, не тратьте время на телевизор, а занимайтесь полезными и интересными делами.

4. Перемены и разнообразие.

Однообразие и монотонность способна навеять скуку на любого человека. Меняйте окружение и образ жизни. Постоянно ищите что-то новое и необычное. Примените творческий подход ко всем делам. Сделайте что-то не так, как обычно. И тогда Вы всегда будете обеспечены яркими эмоциями и ощущениями. Только не забываете, что однообразие – это не внешнее состояние, а внутреннее. Не пытайтесь надолго изменить жизнь сменой прически или мебели. Преображайтесь внутренне!

5. Развитие и самосовершенствование.

Постоянное обучение и работа над собой захватывает и не дает остановиться на месте. Образование, приобретение новых умений и навыков делает жизнь динамичнее и интереснее. Запишитесь на курсы, изучайте дома новые программы и учебники. Делайте упор на то, что Вам пригодится в будущем.

6. Развлечения.

Никогда не забывайте об отдыхе и развлечениях. Проводите свободное время активно и весело, тогда даже непродолжительный отдых даст новые силы и энергию. Позволяйте себе расслабиться после напряженного дня. И помните: лучший отдых – смена деятельности.

7. Отношения.

Без наших любимых, родных и друзей нам жилось бы одиноко и тоскливо. Никогда не забываете про общение! Налаживайте новые отношения, вспомните старых друзей, встречайтесь, болтайте по телефону.

8. Чувства и эмоции.

Любое занятие будет интересным и запоминающимся, если делать его «с душой», с яркими положительными эмоциями. Делайте дела с полной отдачей и старайтесь поддерживать хорошее настроение.

Пусть каждый ваш день будет не похож на предыдущий! Пусть каждая минута радует и приносит что-то новое и яркое в нашу жизнь!

Автор - **Анна Романова**

Источник