Автор: admin
28.01.2011 17:33 - Обновлено 31.10.2014 15:03

Стакан наполовину пуст? Нет, наполовину полон!

Иногда нам кажется, что мы застряли где-то на середине пути. Часть дороги уже пройдена, но что требуется для того, чтобы пойти дальше, не понимаем. Мы начинаем искать другие пути и возможности и наталкиваемся на многочисленные препятствия и ограничения, которые не позволяют нам этого. Мы перестаём искать, не понимая, что все препятствия и ограничения существуют только в нашем сознании.

Поиск новых перспектив в повседневной жизни позволяет развернуть границы разума и освободиться от своих умственных ограничений. По-другому думая, мы открываем границы своих мыслей, при этом раскрывая свой разум. В результате: обостряем понимание, становимся более открытыми для новых знаний и увеличиваем шансы преуспеть в новых проектах.

Интересно? Вот четыре хитрости, которые помогут вам двигаться дальше, не останавливаясь и не оглядываясь.

1. Представьте себе, что вы – антрополог

Когда кто-то считает вас странным, сдвинутым, ненормальным, необычным и даже неприятным, мысленно превратитесь в антрополога. Рассмотрите этого человека со всех сторон, как исследователь, попытайтесь понять его образ мыслей и увидеть его мир. Это убережёт вас от ошибочных предположений, что он в чём-то прав, что его суждение является для вас ценным.

2. Представьте себе каждую проблему как счастливый случай

Вас уволили с работы? Отличный повод отправиться на поиски такой работы, которая действительно будет соответствовать вашим желаниям и возможностям.

Дом, который вы хотели купить, купил кто-то другой? Значит, дом вашей мечты ждет вас где-то в другом месте.

Вы одиноки и не можете найти родственную душу? Какой замечательный повод для работы над самим собой. Пользуйтесь, пока это возможно, этим периодом для изучения английского, психологии, восточной философии, разведения аквариумных рыбок и так далее. Безбрачие – идеальное время для этого.

Проект, над которым вы работаете, не приносит быстрых результатов? Хороший повод протестировать свою мотивацию и настойчивость.

Как правило, проблемы развивают понимание и стимулируют способность созидать. Ищите в каждой проблеме повод для развития.

3. Представьте, что вокруг вас – большие мудрецы

Эта хитрость состоит в том, чтобы думать, что каждый человек, который находится возле вас, хочет преподать вам уроки глубокой мудрости.

Ваш непосредственный начальник раздражает своими замечаниями и мелкими придирками? Он просто ангел, так как помогает вам изучить науку по укрощению гнева.

Ваш супруг, неорганизованный и бестолковый, игнорирует ваши советы? Урок, который он пытается вам преподать – терпимость.

Вы злопамятны и до сих пор стойко бередите свои раны, нанесенные вам в далеком прошлом? Люди, обидевшие вас – большие мудрецы, спрятанные под личину тирана. Таким образом они дали вам единственный шанс понять весь смысл прощения. Смысл, состоявший в том, чтобы научиться избавляться от любого негатива.

Близкие осуждают ваш новый стиль в одежде? Освободитесь от постоянного поиска одобрения со стороны окружающих.

Ваша сестра, тётя, двоюродная бабушка забрызгивают вас грязью, кичась своими успехами и считая вас неудачником? Послание состоит в том, чтобы, возможно, научиться не сравнивать себя с другими, полностью доверять своим чувствам, любить и уважать самого себя, со всеми своими недостатками и достоинствами.

4. Представьте, что жизнь – это тест

Если вы воспринимаете каждую проблему как решающий бой, от которого зависит ваше существование, то вы обрекаете себя на жизнь, полную эмоциональных бурь и невзгод.

Превращая проблему в «тест», вы сделаете свою жизнь гораздо легче и приятнее.

Вы – богатырь, посвященный рыцарь, и препятствия на вашем пути – только испытания, которые позволяют доказать вам ваше мужество, настойчивость, творческие способности, сострадание и так далее. Они – вызовы для вашего сознания, возможность находить в себе такие ресурсы, о существовании которых вы даже не подозревали.

Автор - **Марина Селиванова**

Источник