

Я, НЕСЧАСТНЫЙ!

«Давайте будем радоваться,
давайте перестанем
пьянствовать, давайте
научимся отдыхать.
Захлопнем дверь перед
носом врача!»

Лонгфелло

Можно с уверенностью сказать, что правильный душевный настрой чрезвычайно важен практически в любой области нашей жизни. Особенно если вы собрались наладить отношения в семье и на работе. Всех тянет к людям радостным и оптимистичным, любящим жизнь. Кому хочется находиться рядом с нытиком? В связи с этим позвольте мне привести вам несколько

определений. Со мной ими поделился несколько лет назад бизнесмен Джим Норман. Если вы позаимствуете у Джима его светлый взгляд на жизнь, то просветлите лица окружающих вас людей.

Скука — замаскированная жалость к себе.

Изменяемость — процесс роста соответствия внутреннего «Я» внешнему.

Одержимость — всепоглощающее желание разрушить себя ради удовольствия.

Противление — решение пренебрегать правдой до тех пор, пока не получишь желаемого.

Зависть — чувство, вызванное мыслью о том, что успех другого каким-то образом приуменьшает мою значимость.

Страх — желание сбежать от того, что я натворил в прошлом и что разрушит мое будущее, но что я не желаю исправлять в настоящем.

Честность — качество, которым я, как мне кажется, обладаю, пока не взгляну на себя честно.

Смирение — способность искренне не возжелать задушить в процессе учебы того, от кого ты чему-то учишься.

Любовь — состояние, когда слушать кого-то намного приятнее, чем размышлять о себе.

Низкая самооценка — современный психологический термин, заменивший слово «стыд».

Гонения — так я думаю, когда получаю то, что заслужил.

Бессилие — человек без веры в Бога.

Проблемы — Божий способ открывать Себя тем, кто в этом заинтересован.

Рационализация — процесс убеждения себя в том, что все, чего мне хочется, мне действительно нужно.

Жалость к себе — дверь для депрессии, горячее для страха, наковальня для гнева, корень обиды.

Готовность — быть открытым для истины и не заниматься подтасовкой фактов.

Иногда глянешь на себя честно — и уже готов кататься по полу, хохоча до слез и дрыгая ногами. И я предполагаю, что многие из людей видели поведение соседа, сестры, брата, матери, босса и т.д., подходящее под приведенные выше определения. Само по себе это очень показательно, потому что у большинства людей есть весьма хороший защитный механизм, и они не хотят, чтобы кто-то узнал о нем, а уж тем более указывал на него пальцем.

«Радостное состояние духа является основанием успеха. Оно позволяет человеку сделать двойную работу при половинной затрате сил».

Вильям Мэтьюс

К примеру, я уверен, что вы заметили: определение Джима о жалости к себе совсем не забавное. Особенно если это касается вас. Если вам знаком какой-то нытик, вы делаете все, чтобы держаться от него подальше. Жалость к себе — это явный симптом отношения «какой я несчастный» — состояние, вызванное равнодушием к другим и их нуждам и завышенным вниманием к своим крохотным царапинкам, болячкам и проблемкам.

Вы должны присмотреться к своему отношению к себе так же серьезно, как присматривались бы к самой большой денежной покупке в своей жизни. Ваше отношение формирует ваши минуты, дни, недели — всю вашу жизнь. Каково ваше отношение — таково самочувствие и внешний вид. От этого зависит даже ваша реакция на непредвиденные обстоятельства.

«Какой я несчастный» не выдерживает сильных и постоянных порций поднимающей настроение литературы и регулярных занятий благотворительностью. Поймите взгляд того, кто этого не ожидает, а затем одарите его улыбкой. Когда вы желаете улучшить свое отношение к себе и делаете для этого какие-то шаги, жизнь становится веселее.

Внимание!

*Это проверка серьезности ваших намерений.
Я прошу вас перечитать эти несколько начальных страниц
и глубоко поразмышлять над ними.*