

Юлия Болгова

Характер. Он твой друг или враг?

Вопросы и ответы



Юлия Болгова

Характер. Он твой друг или враг? Вопросы и ответы

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=24310364
ISBN 9785448527449

Аннотация

Характер люди проявляют ежедневно. Для разных дел и задач требуются разные качества характера. Формировать новые привычки и черты характера можно просто и быстро. Гораздо интереснее изобретать и применять легкие способы работы, чем с усилием трудиться над собой. Методов много. Важно найти свой. Тогда процесс будет приятным. Когда характер – твой друг, то он для тебя помощник и опора. Хотите подружиться со своим характером?

Содержание

Вопрос первый. Почему вы не делаете то, что хотелось бы? И как легко осуществлять свои желания?	5
1). Самодисциплина. Нужна ли она для исполнения своих желаний?	5
2). Нужно ли соблюдать какие – либо правила, чтобы совершать ежедневно необходимые действия по осуществлению своего желания? Что это за правила? И как их применять?	9
3). Должно ли быть желание настолько сильным, чтобы не останавливаться в его реализации?	12
Конец ознакомительного фрагмента.	14

Характер. Он твой друг или враг? Вопросы и ответы

Юлия Болгова

© Юлия Болгова, 2017

ISBN 978-5-4485-2744-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Вопрос первый. Почему вы не делаете то, что хотелось бы? И как легко осуществлять свои желания?

1). Самодисциплина. Нужна ли она для исполнения своих желаний?

Есть идея, желание, мысль, но я все равно не делаю. Почему? Я знаю, что на этот вопрос правильно ответить могу только я. Причины сидят во мне. И если с ними разобраться, то, скорее всего, я сделаю то, что хочу.

Многие люди говорят о важности и необходимости самодисциплины в достижении своих целей. Я знаю, что я послушна, исполнительна, организована, но я все равно не делаю. Заставить себя? Насколько необходимо принуждение? Я же хочу? Раз я не делаю, значит мне не особо это нужно, чтобы отодвинуть все дела в сторону и заняться тем, о чем часто думаю, что желаю. Значит, дело в чем – то другом. В чем?

То, что я хочу сделать, нравится мне. Но нравится ли это другим людям? Нужно ли тратить усилия, если то, что ты

задумал, будет востребовано? Конечно, пока не сделаешь, то не проверишь, нравится ли это другим. Согласна и готова начать. Опять не начинаю. Что еще?

Чувствую, что нет легкости. Радости как будто не хватает, полета, вдохновения. Пойду – ка, погуляю. Гуляю. В самых лучших местах. Радуюсь. Восхищаюсь. Домой прихожу уставшая, но воодушевленная. Настроение великолепное. Но хочется спать. Полагаю, что это от свежего воздуха и физических движений. Уже нет сил взяться за намеченное дело. Глаза сами собой закрываются. Ложусь спать с полной уверенностью, что утром с новыми силами примусь за осуществление своего желания. Наступает утро. И я снова ничего не делаю. Настроение ровное. Но нет полета! Легкости нет.

Чего – то не хватает? Чего? – Все время какие-то посторонние мысли отвлекают. Никак не могу заставить себя сосредоточиться на своем желании. Ага, опять появилось слово «заставить»! Что же сидит внутри меня, что не дает мне покоя, удерживает мои мысли на себе? – Да, точно, есть претензии к некоторым людям. Никак я не могу расстаться с ними. Кажется, что все отпущено, все в прошлом. Но нет, есть еще нечто, не выплеснутое наружу, оно и держит внутри. Что? – Этим людям я не заявила о том, что то, что они сделали и сказали, не понравилось мне. Думаешь следует известить их о том, что они ранили меня, и боль еще живет внутри? – Думаю, да. Зачем я держу внутри себя недовольство? Пусть

они узнают о том, что своими поступками причинили мне вред. Тогда мое недовольство, боль, уйдут, и мое внимание больше не будет удерживать их.

Беру телефон. Пишу смс, звоню, говорю, извещаю, сообщая. Конечно, делаю это корректно и тактично. С каждым общаюсь по – разному, на понятном ему языке. Не всем сразу же становится понятна цель моего напоминания о себе. Продолжаю. Иду до конца. И вот на другой стороне поняли, что их действия нарушили мой покой. Все. Внимание больше не удерживает боль, обиду, недовольство чужого отношения ко мне. Мое внимание свободно. Могу ли я теперь заняться тем, что хочу? Оставляю вопрос на следующий день. Ложусь спать. Глубоко проваливаюсь в сон.

Утро. Сознание свободное. Легко. Внимание не цепляется когтями в какую – то бы ни было мысль. Мысли текут спокойно и свободно. Берусь за то дело, которое хочу делать, ту мечту, которую хочу осуществить. Начинаю спокойно. Делаю. Силы есть. Продолжаю. Появляется еле уловимая радость. Сил прибавилось. Не прекращаю занятие, потому что нет желания его остановить. В сознании по – прежнему легко. Кажется, что стало еще легче. Да, да, легче. Светлее. Радость и легкость. Я ощущаю полет. Продолжаю свое занятие. Мысли текут свободно и радостно. Хочется творить! Творю.

Самодисциплина нужна там, где звучит «надо». Желание же отзывается словом «хочу». Если надо работать, чтобы получить за работу деньги или сделать необходимое для

своей жизни или жизни другого человека действие, то это – «надо». «Хочу» возможно тогда, когда удовлетворены необходимые потребности для выживания. Заставлять себя работать – это задача ленивых. Хотеть созидать – решение творческих людей.

Самодисциплина нужна в тех случаях, когда важно преодолеть что-либо, пройти трудную ситуацию, где необходимы конкретные действия, для выхода на нужный уровень. Самодисциплина хороша в одном, свобода в другом. Эти понятия нельзя смешивать, как и способы достижения цели и получения желаемого. Для одного человека обязательна самодисциплина. Для другого лучше подойдет свобода от правил и принятых понятий. Разобраться нужно в себе, что именно будет лучше каждому из нас и в каких случаях.

2). Нужно ли соблюдать какие – либо правила, чтобы совершать ежедневно необходимые действия по осуществлению своего желания? Что это за правила? И как их применять?

Кто – то сказал, что правила должны быть. Ведь надо чему – то следовать. Эти правила должны быть обязательно простыми. Иначе их никто не будет выполнять. Сложное сложно. Легкое легко.

Правила придумали люди для людей. Один придумал, значит думал. Другие им следуют. Значит, сами не думают. А зачем тот, кто придумал правила для себя, их придумал? – Чтобы ему самому было понятно, что делать. Значит, ему не понятно. Нет ясности, – нет четких действий. Нет четких действий, – не будет и четкого результата. Возможно он знает, чего конкретно хочет. Но не знает, как прийти к желаемому. И он понимает, что если ничего делать не будет, то точно до результата не доберется. И, чтобы дело двигалось, нужны ежедневные усилия. Стоп! Опять усилие. Усилие – насилие над собой. Есть давление, нет легкости. Разве она есть у того, кто по правилам действует, даже простым? Пра-

вила – ограничения во времени и пространстве. Правила – принуждение себя к желанию, которое еще не проснулось. Принуждение – не творение. Нет полета, – нет возможности думать по – другому, по – своему, по – новому, чувствовать радость рождения новых идей и ощущений.

Правила не для меня. Они консервативны. В них множество заборов и преград. Возможно они нужны неким другим людям, не умеющим думать самостоятельно, боящихся своих собственных мыслей, опасющихся уйти в никуда.

Я люблю свои мысли. Люблю чувствовать их смелое проявление, неординарные предложения. Люблю, когда они будоражат слегка сознание, и ощущается, как внутри зажигаются искорки счастья.

Мне не нужны никакие правила, чтобы мыслить по – своему и создавать свое творение. Простые или сложные правила – есть ограничения в моем сознании. Единственно, что полезно для меня – сохранять свое сознание в свободе, чтобы внимание не цеплялось ни за одну «значимую» мысль. Чтобы внимание было свободно. Тогда и мысли текут свободно. И можно выбирать любую из них – как думать и как при помощи этих мыслей создать свой оригинал.

Правила для того, чтобы трудиться, обустраивать свой быт созданы в семьях. Ребенок учится им автоматически у своих родителей. Непослушание ребенка, невыполнение правил семьи, отсутствие правил в семье, обязанностей – это психические травмы детства. Их надо исцелять. Правила

и подчинение нужны на наемном труде, если вы не руководитель. Учиться подчиняться установленным порядкам человек начинает тоже в семье, закрепляет их в школе, затем применяет на работе. Что упущено в раннем возрасте по разным причинам придется дорабатывать самостоятельно при помощи воли, духа и самодисциплины. Какие правила? – Их следует узнать у тех людей, кто самоотверженно занимается улучшением своей судьбы. По правилам.

3). Должно ли быть желание настолько сильным, чтобы не останавливаться в его реализации?

Чрезмерно сильное желание рождает стремление, рывок к действию. Но почему ты не можешь поднять себя без рывка? Что не позволяет тебе подняться? Какие грузы тянут вниз? Ты хочешь рвануть вперед и быстро достичь результата? У тебя хватит физических сил добраться до пункта назначения со своими тяжелыми рюкзаками на плечах и кандалами на ногах?

Да, согласна, когда желание будет очень сильно, то ты автоматически сбросишь всякую тяжесть и рванешь вперед. Но желание должно появиться. Что – то должно произойти, что привлечет твое внимание так сильно, что оно вынуждено будет отцепиться от прежних мыслей.

Если ты сильно захочешь, то твое внимание снова прицепится. Но уже к новому. Старые оковы будут сброшены на время, но новые крючки твоего сознания вонзятся в новое желание. И ты снова создашь препятствие для мыслей. Сознание закроется, захлопнется вокруг нового чрезмерно сильного желания. Мысли не смогут течь свободно. И ты не сможешь наблюдать за ними, выбирать из них те, что по-

могут тебе построить ступеньки к своей мечте.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.