

# эффективная методичка



**КАК СДЕЛАТЬ  
ВСЕХ -  
ПРЕКРАСНЫМИ**

**Дмитрий Гаун**

Дмитрий Гаун

**Как сделать всех – прекрасными**

«Автор»

2023

**Гаун Д.**

Как сделать всех – прекрасными / Д. Гаун — «Автор», 2023

ISBN 978-5-532-91613-5

В данной методичке, описан простой и эффективный алгоритм, настройки своего потока самосознания на стабильное удовлетворение от взаимодействия с людьми. Информация подана в виде диалога учителя с учеником.

Публикуется в авторской редакции с сохранением авторских орфографии и пунктуации.

ISBN 978-5-532-91613-5

© Гаун Д., 2023

© Автор, 2023

# Содержание

Предисловие.	5
Методичка	6
Конец ознакомительного фрагмента.	7

# Дмитрий Гаун

## Как сделать всех – прекрасными

### Предисловие.

Здравствуйте все, кому бывает тяжело при взаимодействии с людьми в целом, или при общении с отдельными личностями в частности. Эта маленькая книжка, относится к категории – «одна методичка вместо тысячи психологов». Здесь предлагается действительно волшебный способ настройки отношения к любому человеку, освоение которого, значительно улучшит приятность контактов со всеми людьми. А на энергетическом уровне, такая практика станет способствовать улучшению «ответного отношения», и продолжит оказывать положительное влияние на такие аспекты, как – здоровье, творческая или профессиональная производительность, и многое другое, в связи со значительным уменьшением энергозатрат, обычно расходуемых на напряжения негативного характера.

Понимаю, насколько неправдоподобно звучит термин «волшебный способ», но именно так называется эффективность, которая не перестаёт радовать. Без психологов, учителей, тренингов, и коучей, за короткий срок, вы самостоятельно научитесь переживать счастье от общения и взаимодействия с людьми. Разумеется, многие скептически отнесутся к столь чудесному описанию результата. И такой скептицизм, будет совершенно несправедлив – без практического тестирования предложенного способа. Чтобы было легче решиться попробовать, сообщу: предлагаемый метод достаточно прост, и при правильном исполнении – очень приятен при реализации. Только самостоятельно, вы сможете убедиться, что данное «предварительное расхваливание» – искреннее, и не является «маркетинговой уловкой». Метод не новый, люди – чьи сердца наполнены любовью ко всем, искренне делились такой настройкой уже давно, включая таких известных персонажей, как – Будда и Иисус. Разумеется, в связи с этим возникает закономерный вопрос – почему такой эффективный метод, до сих пор не получил массового распространения? Дело в том, что обсуждаемый способ отношения, часто предлагался в виде краткой рекомендации – «делать то, чего большинство людей не умеют делать осознанно». Поэтому, все его принимают как верный, и при этом, почти никто – не применяет. В «данном прочтении», описан простой алгоритм реализации, развивающийся – от несколько банальной психологической настройки обесценивающей смысл негативно реагировать, до формирования естественно происходящего состояния – приятного отношения к любому человеку. Освоение такой практики, становится действительно освобождающей от напряжений в отношениях – «технологией», которой, для создания гармоничного общества – стоит обучать всех людей с детства.

Методичка «Как сделать всех – прекрасными», написана в виде диалога между учителем и учеником, в котором, раскрываются философия и практические нюансы – эффективной реализации цели, заявленной в названии.

Особая благодарность Пеганову В.Н. за содействие писательской деятельности.

## Методичка «Как сделать всех – прекрасными»

– Когда кто-то не соответствует нашим ожиданиям, или нашим представлениям о правильности, мы традиционно – расстраиваемся или реагируем негативным состоянием. Между тем, тебе стоит подумать над следующим высказыванием, и при согласии – получше утвердиться в данной понимании. Рассчитывать на то, что все должны обязательно соответствовать «образу и подобию, сформировавшемуся в собственной голове», – довольно неразумно. Если ты согласен с этим, то любое эмоционально негативное замечание недостатков в других или их действий, становится процессом, сигнализирующем либо о недостаточности опыта или понимания, либо об «остром недостатке любви».

– Не понял.

– По поводу недостатка понимания, или недостатка любви?

– Давайте разберём оба фактора.

– Хорошо. Начнём с «понимания». Предлагаю подумать вот над каким вопросом – «насколько справедливо раздражение ошибками или несоответствием других, которое переживает человек – тоже иногда совершающий ошибки?». Отмечать то или иное несоответствие и расстраиваться, много ума не надо, а вот чтобы понять – «почему так произошло», или – «принять неминуемость ошибок и противоречий», нужно: или побольше жизненного опыта, или развить интеллект до уровня – позволяющего понимать невозможность управления всей событийностью. Или, обладать способностью – любить, но об этом чуть далее. За честным осознанием невозможности всё контролировать, обычно следует снижение эмоционального напряжения по поводу происходящего, так как действительно разумному человеку нет смысла расстраиваться в связи с событиями, сценарии которых от него не зависят.

– И что, раз идеальных людей нет, теперь нужно всё всем позволять? Разве такая философия не нарушит и без того хрупкий порядок?

– Заметь, я ничего не говорил об ограничении твоих действий. Ты всегда можешь поступать так, как считаешь правильным. Просто при этом, очень разумно понимать и помнить, что ты тоже можешь ошибаться даже тогда, когда искренне уверен в своей правоте. И что ошибаться или совершать поступки причиняющие вред, ущерб или страдание, при определённых условиях – свойственно всем. Вот сам себе, ты прощаешь ошибки?

– Не всегда. Если выразиться вернее – не всегда сразу.

– Хорошо, что ты понимаешь этот нюанс. И теперь, ещё парочка актуальных вопросов. Если ты, рано или поздно – обязательно простишь себя, то насколько разумно не поступать так сразу? Неужели, так обязательно наказывать себя – тем или иным временем дискомфортного переживания? Существо, относящему себя в «категорию разумных», стоит поразмышлять о целесообразности соблюдения «традиции самобичевания» – во время ограниченного срока переживания своей жизни. Популярность страданий, вовсе не делает такой способ реагирования на те или иные несоответствия – правильным способом прожить своё время. Разумеется, кроме случаев, когда эмоциональный дискомфорт или иные формы страдания, являются – желаемыми событиями.

## **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.