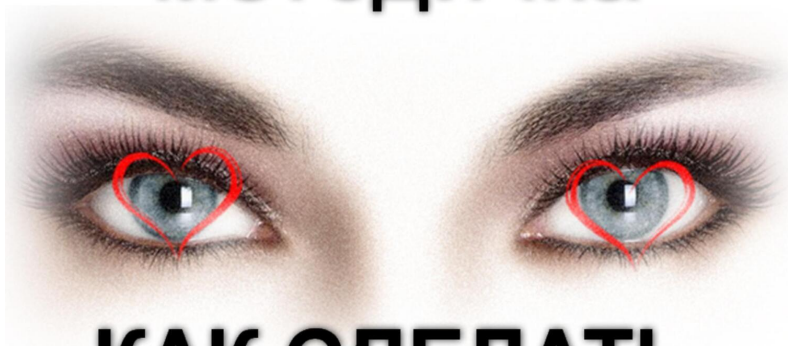


эффективная методичка



КАК СДЕЛАТЬ ВСЕХ - ПРЕКРАСНЫМИ

Дмитрий Гаун

Дмитрий Гаун

Как сделать всех – прекрасными

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=69136843

SelfPub; 2023

ISBN 978-5-532-91613-5

Аннотация

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.

Содержание

Предисловие.	4
Методичка	7
Конец ознакомительного фрагмента.	10

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, учи-

телей, 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 решится 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 дей-

ствительно 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 данном 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, мно-

го 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 посту-

пать так сразу? Неужели, так обязательно наказывать себя – тем или иным временем дискомфорта 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 проживать 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.