

## Люби жизнь!



Ты задумывался о том, насколько бесценна твоя жизнь? Как дорог ты своим близким людям! Пытался ли понять свою роль во всех жизненных встречах и осознать, что ты способен достичь очень многого? **Говорят, что жизнь – это школа, где в качестве уроков нам даются трудности и испытания. Преодолевая их, мы становимся мудрее и сильнее.** И, кто знает, быть может, мы еще и спасибо должны сказать мудрой Жизни за столь ценные для нас уроки. Однако важность этих испытаний для нашей Личности мы осознаём лишь спустя время.

**Каждому человеку свойственно преувеличивать свои страхи.** Недаром говорится, что «страх, порожденный воображением, видит опасность даже там, где ее вовсе нет». Именно поэтому, какой бы тебе ни казалась твоя проблема, знай, что в действительности она решаема, стоит лишь посмотреть на неё со стороны, переключиться на что-то другое – хорошее и доброе. И спустя немного времени решение выплывет само собой. Или же проблема перестанет быть таковой для тебя, поскольку была лишь твоей иллюзией или же навязана кем-то со стороны. **Тупиковых ситуаций не существует!**

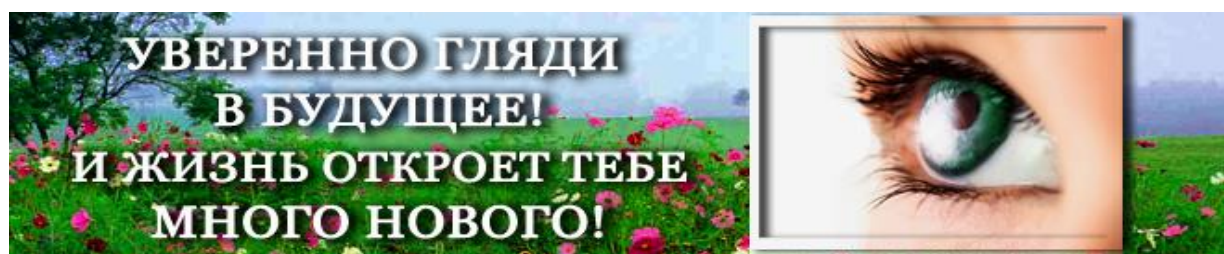


### **Психологи советуют такие шаги к решению проблемы:**

- 1) **Необходимо понимание того, что проблема должна быть решена с пользой и для твоей души, и для окружающих тебя людей.** Этим мы уже признаём, что мы не находимся в тупике, а готовы активно решать задачу. Как говорится, осознание проблемы – это уже как минимум 50% её решения.
- 2) **Важно наличие желания справиться с задачей.** Если такового желания у тебя в данный момент нет, то просто действуй, и со временем оно обязательно появится. Найди в себе силы переступить через свою лень и нежелание что-либо изменить в жизни в лучшую сторону.
- 3) **Существенным условием является наличие знаний и интеллектуального потенциала.** Старайся постоянно расширять свой кругозор о мире, читай книги, к примеру, классику. Не менее действенными могут оказаться для твоей жизни и произведения современных авторов, к примеру, Анастасии Новых.
- 4) **Нужно прикладывать усилия к её разрешению, проявляя при этом гибкость мышления.**



**Ставь для начала мелкие, но доступные цели.** Достигая их, развивай критическое отношение к себе и реалистичность. **Переключайся почаще на добрую волну своих мыслей, помогай окружающим тебя людям, носи свет и улыбку в мир, и в скором времени он улыбнётся тебе в ответ.** Это закон! А в таком созидательном состоянии ты сможешь и глубже задумать о смысле жизни, понять, что на земле множество людей, которые в еще худшей ситуации, чем ты. Но в твоих силах сделать всё, чтобы помочь им преодолеть эти временные испытания, пока их жизнь не расцветёт с новой силой. **Стань опорой для кого-то, поддержи другого человека добрым словом или делом, и ты с огромной для себя радостью почувствуешь опору и для себя в своём же внутреннем мире и в своих добрых поступках.** Как говорится, «доброе дело, что сделать готов, угоднее Богу, чем тысяча слов».



**Живи «здесь и сейчас», да так, чтобы копилка твоих хороших мыслей и дел была переполнена, а плохих – и вовсе пуста.** Во все времена мудрые люди говорили, что в этом кроется великая тайна жизни! Начни свою деятельность прямо сейчас, не откладывая её на неопределённое «потом». Ты же сейчас сидишь в интернете, а здесь есть огромное поле для деятельности во благо других людей. Если перестанешь сам себя жалеть и переключишься на реальную деятельность и помощь другим, то к великой своей радости поймёшь, что способен на очень многое. Есть сайты, где люди просят совет в любой сфере жизни: медицина, сфера отношений, учёба, воспитание детей, домашние дела, ремонт, спорт и многое-многое другое. Есть одинокие люди, есть больные и немощные – и все они ждут чьего-то доброго слова, поддержки и заботы. Ты думаешь, что у тебя нет друзей? Но это вовсе не так. Не



ищи себе друзей среди тех, кому хочешь понравиться, но ищи их там, где нужна твоя помощь.



**Живи свой день так, чтобы приносить максимальную пользу людям, и этим ты обретёшь смысл жизни.** Как говорил Сэнсэй – герой книг Анастасии Новых: «Важно не как именно ты идёшь, а сколько при этом успеваешь сделать полезного людям, максимально реализуя свой внутренний потенциал». Осознай, что есть люди, которым в данный момент нужна твоя помощь и поддержка. Помогая им, ты даже забудешь о том, что у тебя есть какие-то проблемы, так как теперь они покажутся тебе сущим пустяком, не заслуживающим твоего драгоценного внимания. Мир очень удивителен, и вполне возможно, что и тебе в нужный момент кто-то протянет дружескую руку помощи, твёрдо шествуя рядом с тобой по жизни.



Жизнь полосатая  
но цвета мы выбираем сами