

АСМИК РАФИКОВНА ГУКАСЯН

**Советы
самопровозглашенного
профессора**

СПРАВОЧНИК СЧАСТЛИВЧИКА

Асмик Рафиковна Гукасян
Советы самопровозглашенного
профессора. Справочник
счастливчика

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=65961321
ISBN 9785005511782

Аннотация

Справочник счастливчика. Книга написанная обо мне, для тебя. Важна каждая мысль, возникающая у тебя в голове. Возьми на вооружение и пару моих.

Содержание

Содержание	5
Совет №1	8
Совет №2	10
Совет №3	12
Совет №4	14
Совет №5	16
Совет №7	19
Совет №9	22
Совет №11	23
Конец ознакомительного фрагмента.	27

Советы
самопровозглашенного
профессора
Справочник счастливого

Асмик Рафиковна Гукасян

© Асмик Рафиковна Гукасян, 2021

ISBN 978-5-0055-1178-2

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Содержание

Научитесь прощать

Проходя мимо улыбайтесь

Родители, поддерживайте своих детей

Будьте ответственны

Слушайте внимательнее

Не впускайте в свою жизнь негативных людей

Не перегибайте с важностью

Любите так сильно, насколько позволяет ваше сердце!

Не переставайте сопротивляться несправедливости

Лишь смелый может отступить

Обратите внимание на свое здоровье

Если кто-то не понимает, объясняйте

Иногда можно и поплакать

Когда вы станете популярным, останьтесь душой просты

Не торопитесь с выводами

Любите тех, кто достоин этого

Не думайте, что это о вас

Обратите внимание на снег

Действуй!

Разберитесь сначала в себе

Не сомневайтесь

Не позволяйте своим детям увидеть ваши пороки, какие бы они взрослые не были

Вы можете быть счастливы каждый день

Жизнь упрощают слова

Помогайте, но не предавайте себя

Не давайте советов, слушайте

Ты силен, если любишь

Если не хотите слушать, не слушайте

Не все хотят решать ваши проблемы

Критика помогает лишь в том случае, когда вас не хотят обидеть!

Сегодня я попрошу вас не сдаваться

Смотрите внимательнее

Не забывайте

Я так хотел с вами увидеться, что прошел мимо

А теперь о важном

Я даже рада, что вы не понимаете

Учить больше никого не нужно

Перестаньте быть зависимым

Значит пора действовать!

Мы все не правы

Приложение

Начать хочу с того,

что я прощаю,

всех, кто когда-то меня обидел.

И прощу прощения у тех,

кого так безжалостно, обидела я.

Практические советы от самопровозглашенного профессора

Совет №1

Научитесь прощать

Зачем, спросите вы. Ответ очень прост, в вашем сердце не так много места, если в вас много обиды и разочарования, ваше сердце наполняется грустью и вы не можете разглядеть все хорошее, что с вами происходит. Когда вы наполните сердце любовью и добром, посмотрите в зеркало, так вы же улыбаетесь.

Это превосходно, первый шаг на пути к счастью совершен. Как это связано с прощением. Я считаю, что множество людей совершают поступки, границы норм которых, для них не нарушаются.

Что я имею ввиду. Мы все воспитаны по-разному, примеры которые мы брали в детстве у своих родителей и людей которые были для нас эталоном, отличаются. То есть, человек говорит и поступает так, как поступили бы его родители, или же понимая, что родители одобрили бы этот шаг. Как бы то ни было, в голове мы несем определенную систему ценностей, образованных под влиянием воспитания. Так правильно, думаем мы, но упускаем момент, разности всех людей, то что норма для меня, является катастрофичным для кого-то другого.

Соответственно, если вас обижают не принимайте на свой

счет, это не касается вас, это касается лишь того человека, в голове которого выстроена иная система, отличная от вашей.

Совет №2

Проходя мимо улыбайтесь

Этот совет нуждается в доработке. Я заметила, что некоторым людям не нравятся счастливые. Например: наша продавщица в магазине. Для честности, необходимо сказать, что их две и одна достаточно приветлива и даже улыбается в ответ. Но другая, я не понимаю, что я делаю не так. Я здороваюсь, улыбаюсь, но нет ответа никакого. Эх, это меня задевает, но не так сильно, поэтому можно пропустить этот момент.

Обратите внимание на людей. У каждого в жизни происходит миллион событий и не все хороши. Но разве, вы не восхититесь, человеком, который, не смотря ни на что, будет идти с небольшой улыбкой в глазах, которая отображает доброту сердца? Этот человек прекрасен.

А теперь, вернемся к людям и их отношению, к улыбочкивым. Я не говорю, вести себя как идиот. Но мы должны понять, мы формируем то, что происходит вокруг, мы делаем этот мир лучше, своим отношением и поступками. Стоит лишь помочь поднять сумки женщине в маршрутке и она изменится. Даже если она вас не поблагодарит, или наоборот озлобится и попытается поругать, держите в уме то, что вы молодец и я благодарю вас за эти добрые дела. Улыбнитесь.

Как быть с тем, когда совсем не хочется улыбаться. Да, и вы в праве не улыбаться совсем. Жить постоянно в печали, не самый лучший вариант. Да и ту печаль, которую вы носите в своем сердце и которая отражается в ваших глазах, никто не поймет, кроме вас. Поймите и попробуйте выйти из нее, жизнь несправедлива, каждый знает, как минимум, один пример. Мы в силе исправить лишь то, что позволяет судьба, но о попытках исправить совершенно все, никто не говорит.

Так давайте будем счастливы, хотя бы тогда, когда идем по улице.

Совет №3

Родители, поддерживайте своих детей

Я беру телефон в рассрочку, да, вот что сейчас нужно молодежи. И как так можно? Нужно думать о другом. Ну вы чего? Соберитесь! В моем возрасте, действительно нужно думать о другом, но я подумала об этом. И даже в моем возрасте необходима поддержка от близких людей, а так как я живу с родителями, следовательно, жду ее от них.

Моя мама, самый прекрасный человек в мире. Ей, я о своей рассрочке не сообщала, мой папа, не замечает смену телефонов, поэтому в объяснениях не нуждается. Моя сестра, замечательный человек, понимая что я трачу деньги на лево и направо, сказала, я с тобой не переживай, бери. Вот это я называю поддержкой.

Это всего лишь телефон, а что если хочется рассказать что-то более личное, то чем ты хочешь поделиться со своими родными. Но не ожидая поддержки от них, мы вынуждены искать, так называемых сторонников.

Обычно, ими становятся не совсем хорошие люди, точнее, нет более искренних людей, чем твои близкие по крови. Хотя есть множество исключений, но это и не правило. Так вот, что я хочу донести до вас, ни один человек, не будет вам ис-

кренне желать успеха, кроме вас самих. Не забывайте человек, в первую очередь животное, а поступки животных всем нам известны, поэтому не стоит доверять, всем. Кому доверять спросите вы, мой ответ – самим себе.

Все, кто будет читать эту книгу, будут родителями, я надеюсь, когда вы станете доверять самому себе, ваши дети смогут доверять вам, мы сформируем «цепочку доверенности», мое новое словосочетание, а значит они будут счастливее и не потеряются в этом большом и опасном мире.

Совет №4

Будьте ответственны

Еще один совет, следовать которому практически невозможно. Но можно постараться. Итак, сейчас я подумываю, что нужно сначала растолковать, что такое ответственность, я ведь профессор.

Итак ответственность – это качество отличающее нас от глупых людей. Для того чтобы стать ответственным, нужно надеть галстук, завязать его потуже, классическая одежда и конечно сделать серьезный и невозмутимый вид и готово, вы стали ответственным. Жаль, что все не так просто.

Кажется я самый безответственный человек. Определенно, у меня даже нет галстука.

Вернемся к разумному письму. Ответственным может быть не каждый, она проявляется в мыслях и главное в поступках. Я хочу, чтобы мы больше думали, о том, что хотим совершить, а главное понимали, что может последовать за этим. Когда мы маленькие за нас, как-будто думают другие, взяв ответственность на себя. Если с этим затянуть, то мы получим самого безответственного человека. Но всегда есть шанс меняться. И нужно начинать с малого. Тут можно провести аналогии со спортом, мы же не бежим сразу 100 км, мы увеличиваем дистанцию постепенно, так и с ответственным

НОСТЬЮ.

Для начала, советую перед тем, как совершить поступок, делать паузу, в этот момент, в голове прокручивать, что нам следует ожидать в дальнейшем. Проанализировать все возможные варианты, а только затем прыгать в омут с головой. Шучу, мы ведь становимся ответственными.

Давайте начнем с того, что мы становимся ответственны за то, что говорим, а точнее мы минимизируем ложь в своей речи. Да, и запомните, лжи во благо не существует, это все сказки, придуманные безответственными людьми.

Совет №5

Слушайте внимательнее

Замечаете ли вы людей, которые откуда-то знают о вас многое. Они просто умеют слушать. Это самое полезное качество.

У всех бывают такие моменты, когда мы говорим, а откуда ты это знаешь, я ведь вроде не рассказывал этого. Нужно учитывать, что некоторые люди, слушая, дописывают за вас, вашу же историю и иногда они не ошибаются.

Можно много чего извлечь из простого для кого-то разговора, просто внимательно слушая. А можно весь вечер пропустить мимо ушей, лишь из-за того, что мы не приобрели этот навык в детстве. Хотя есть и разговоры, которые не несут никакой значимости для нас. Они тоже необходимы.

Слушайте людей, которые говорят искренне, вряд ли в их изложениях вы увидите, нечто важное, но вы точно не будете утопать в грязи. Слушайте, и вам удастся понять человека, если он вам дорог.

Но не стоит уделять этому очень большое внимание, если все вдруг начнут слушать, кто же будет говорить.

Не впускайте в свою жизнь негативных людей

Ребята, это очень важно, вы слышите, очень! Люди по своей натуре, не совсем доброжелательны. И когда в вашу жизнь приходит человек, с негативным мышлением, вы попадаете в его паутину, ваша жизнь в дальнейшем превратится в реалии того человека, с которым вы проводите большое количество времени.

Еще раз повторяю, это очень важно. Вам может сильно нравиться человек, но при каждой встрече с вами, он выливает на вас кучу негативной информации. Ему так не везет с работой и принца не получается встретить, а еще дополнительные проблемы в семье и т. д. Что мы начинаем делать в данном случае? Правильно, примерять все на себя. И тут начинается визуализация.

Действительно, мысли, которые постоянно присутствуют в нашей голове, материализуются. И иногда, это нам не на руку.

Таких людей достаточное количество и они ищут нас, людей, на которых могут все сбросить. Остерегайтесь, если вам попался такой человек, переделать его вы точно не в силах, изменить вектор его мышления не получится, конечно, вы можете примером показать, что это не правильно и возможно что-то изменится. Но сильно надеяться не стоит. Прекратите общение с ним, и ваша жизнь приобретет новые краски.

Для тех, кто сам является таким человеком, я настоятельно рекомендую, обратить внимание на свои мысли. Есть

множество безвыходных ситуаций, но многие из них можно корректировать. Начните с добрых мыслей. Никто не виноват в том, что с вами происходит. Виноваты только мы сами, так давайте же изменим то, что в силах, давайте начнем мыслить по-доброму и не нагружать других людей своими отрицательными моментами.

Многие из вас подумают, но нужно же делиться с кем-то тем плохим что происходит. Безусловно, я с вами соглашусь. Но при этом, следует учитывать, что делитесь вы одни, а людей которые страдают, становится в два раза больше.

И еще, если это происходит с целью получить совет, поверьте, вы достаточно взрослые, чтобы разобраться. Немного больше самоанализа, или же его отсутствие совсем и вуаля, вы разобрались.

Совет №7

Не перегибайте с важностью

Тут стоит рассказать историю, чтобы сильнее погрузить вас в суть совета.

Обычный секретарь, девушка лет 35, работает в школе около 2 месяцев. В этой школе работает еще одна молодая девушка, учителем химии и однажды ей понадобилась помощь, точнее справка, которую необходимо взять у секретаря. Естественно учительница, просит секретаря сделать эту справку, на что ей поступает ответ «Эта справка делается три дня!» учительница в недоумении, ведь предыдущий секретарь делала ее за 5 секунд. Мне некогда вообще-то (секретарь).

Еще один пример. На работе начальник говорит своим подчиненным, что они совсем не справляются со своими обязанностями, сдают работу не вовремя, либо сдают фикцию. А сам же, уходит с работы, когда захочет и сам не выполняет то, в чем упрекает своих работников.

Ой, а как меня задевает отношение начальников к техническому персоналу. Это взрослые женщины, не по своей прихоти, вынужденные работать уборщицами. Сколько всего выслушивают они, я слышала в их адрес, лишь малую часть и это невыносимо грустно и не правильно.

Вы вправе сказать, что так и должно быть. У людей иногда не хватает времени, а начальник и должен так поступать, он все-таки начальник. Я и не возражаю. Но главное в этих историях, то, с каким выражением лица это все делается. В глазах читается превосходство, важность, пренебрежение собеседником.

А теперь я хочу сказать вот что. Люди, мы все одинаковые, неизвестно где мы окажемся через год, и с кем нам придется взаимодействовать. Поэтому, для того, чтобы избежать важности в свой адрес, выраженную в ущемлении личности, я советую вам, не пренебрегать ей в отношении всех людей.

Совет №8

Любите так сильно, насколько позволяет ваше сердце!

Это самый важный совет, ваша любовь может проявляться как угодно. Знаете, что любовь спасает душу от самой тяжелой боли, это все достаточно банально, но я хочу напомнить вам об этом. Глаза, они помогут вам передать любовь. Смотрите взволнованно, так, как-будто вы видите самый красивый рассвет.

Историй о любви бесконечно много. Порой, мне кажется, что большинство из них придуманы.

Такое трудное определение, но такое простое чувство, да именно простое. Любить, способны большинство людей, но не все могут показывать ее. Начнем со слов, вы ведь знаете, какое влияние оказывают слова на человека. Говорите,

что любите, это важно, но не говорите просто так. Цените это слово, более сильного и могущественного не существует.

Я бы хотела, чтобы любить могли, лишь те, у кого искренне чистые сердца. Возможно, тогда бы я потеряла эту возможность. Вспомним marvel, не у всех людей были способности, а чем способность любить отличается от способности превращаться в других людей. Определенно, отличий нет.

Не вздумайте смеяться над этим. Лучше попробуйте вырастить эту любовь. Пусть она будет маленькая, но искренняя, пусть она будет неприметная, но ваша, главное не забывайте, для чего вы любите.

Ответ прост, любите для того, чтобы стать красивее душой!

Совет №9

Не переставайте сопротивляться несправедливости

Сейчас все борются за свои права. У некоторых, даже неплохо выходит.

Мы живем в несвободное время, когда говорить то, что думаешь, не является хорошим тоном, когда возражать старшим, неприемлемо. Как стоять на своем и защищать свои права. Что же делать? Сопротивляться несправедливости.

Совет №10

Не говорите, больше чем помещается в вашей голове

В данный момент, в моей голове тишина, поэтому я тут промолчу.

Совет №11

Лишь смелый может отступить

Это не в мои интересах, учить вас делать шаги назад, да и зачем они нам нужны. Когда события происходят слишком быстро, мы не разбираемся в происходящем, скорее, нам этого не требуется. Прибегая на станцию 95, мы не понимаем, как на ней оказались и что, собственно говоря, тут необходимо делать. В растерянности мы спрашиваем стоящих рядом людей, к слову, им совсем неинтересно как вы оказались на их станции и помогать вам, уж точно, они не собираются.

Именно в этот момент, необходимо сделать шаг назад, а может и несколько, проанализировать, как я здесь оказался и что должен сделать.

Следует держать в уме, что там вы встретите тех людей, с которыми не хотели бы видеться, но избегать их не следует. Эта ваша история, в определенный момент вы поймете важность их присутствия.

Делать шаг назад, совсем не страшно, наоборот, вы знаете чего можно от него ожидать. Делайте его осознанно, для того чтобы извлечь максимальное количество нужной информации. Возможно, в прошлом вы не найдете ничего и это ваш приз, вы должны понять, что там ничего не осталось для вас.

А если вы нашли что-то важное в прошлом, не стесняйтесь забрать это в будущее.

Смелых людей очень мало, много глупых, делающих необдуманные шаги в двух направлениях, не следуйте их примеру.

Совет №12

Обратите внимание на свое здоровье

Ближе к тридцати годам вы поймете важность этого совета. Под здоровьем, я имею ввиду и психологическое состояние. Важно то, о чем вы думаете, какое значение вы этому придаете и как следствие, какое влияние оказывают ваши мысли на здоровье.

Начнем с простого. Когда мы просыпаемся утром, нас легко вывести из себя, мы расстроены и грустны, это для тех случаев, когда пробуждение вынуждено.

Что делаю я в этих случаях, я думаю о чем-то хорошем, что произойдет со мной в этот день. Как быть с тем, если никаких хороших событий не предстоит. Тут важно, внушить себе, что даже если это самый обычный и рядовой день, наше настроение зависит только от нас.

Со мной был один случай, однажды утром, я проснулась с потрясающим настроением, определенно предвкушая какое-то грандиозное и хорошее событие, о котором я могла только мечтать. Как обычно, я собралась на работу, даже оделась не как всегда. Платье, да это было платье на работу.

Очень редко наряжаюсь на работу. Хотя наряжаться очень люблю. Вот что я вам скажу. Государственные учреждения, напрочь выбивают из девушки желание наряжаться и выглядеть прекрасно.

Так вот вернемся, что же случилось со мной в этот день. После работы я решила поехать на встречу с подружкой. Кстати, нужен совет о подругах, чуть позже. Пока я ехала, погода успела испортиться, но внутри я сказала себе, погода не испортит мое настроение. Далее, когда мне нужно было пройти метров 500 пешком, начался дождь, для моих волос это катастрофа, концы выпрямляются, а корни очень кучерявятся. Но ничего подумала я, это всего лишь дождь, главное, что настроение у меня хорошее.

Самое интересное, что придя на встречу к подруге. Я увидела в кафе прекрасного мужчину. Но я была в мокром от дождя платье, с великолепной прической, да и мой макияж немного уплыл. Расстроилась ли я? Ни в коем случае. Я улыбнулась и села к подруге. Что-то хорошее произошло в этот день и может происходить постоянно, если мы мыслим позитивно.

Еще хочу сказать вам, что физическое здоровье, для девушки необходимо. Все любят подтянутых, стройных девушек. Даже мы сами у себя в голове, визуализируем идеальное тело. Главное не пропорции, навязанные обществом, главное подтянутость.

Поверьте мне, если вы придете к форме, которая вам

по душе, вам станет еще лучше. Ни в коем случае не призываю вас худеть. Хочу, чтобы все задумались о своем физическом здоровье, о дыхательной системе, занялись немного спортом и чувствовали себя хорошо.

И самое важное, не игнорируйте болезнь. Принимайте меры своевременно.

Совет №13

Если кто-то не понимает, объясняйте

Этот совет поможет не только вам. Человек, склонен поступать неправильно, и при таком действии он не способен, порой, разглядеть свою оплошность. Объясняйте, но не тыкайте носом. Есть миллион способов донести до человека свою мысль, выбирайте правильный.

Конечно, я говорю о близких и дорогих людях. Чья помощь, окажется нужной. Если вы объяснили, но вас не поняли, попытайтесь еще раз. Человек разумный, поймет и примет меры. Либо, по крайней мере, проанализирует и скорректирует свои действия и слова.

Я уверена, каждому думающему человеку, важно чтобы его направляли. Это не означает, что мы глупы и сами не понимаем, что говорим и совершаем. Это значит, что мы можем не заметить, не придать значения, тому, чему следовало бы.

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.