12+

Как стать счастливым, или Ты решаешь всё



Виктория Монахова

Виктория Монахова

Как стать счастливым, или Ты решаешь всё

https://litres.ru/69270595
ISBN 9785006006058

Аннотация

В книге «Как стать счастливым, или Ты решаешь всё» рассказано, как на самом деле просто изменить свою жизнь к лучшему, что не нужно впадать в депрессию, если вдруг в твоей жизни что-то не так.

Читателю предлагается понять, осмыслить и принять всего три жизненных аспекта, которые, в свою очередь, улучшат его жизнь. Человеку не нужно долго над собой работать, а нужно раз и навсегда поменять своё отношение к миру.

Содержание

I. ВВЕДЕНИЕ 5
II. МЫ САМИ СОЗДАЁМ СЕБЕ ПРОБЛЕМЫ 6
Конец ознакомительного фрагмента. 12

Как стать счастливым, или Ты решаешь всё

Виктория Монахова

© Виктория Монахова, 2026

ISBN 978-5-0060-0605-8
Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

I. ВВЕДЕНИЕ

«Судьба есть. Но есть ещё и выбор»

Нет, наверное, на свете ни одного человека, который хотя бы раз не задумывался над тем, в чём заключается смысл жизни. В чём его предназначение? Почему порой всё не так, как хочется? Почему мы так часто стоим на распутье, а когда выбираем направление — сомневаемся в правильности выбора? Зачем мы оглядываемся назад, вспоминая ошибки прошлого? И чего же не хватает нам, чтобы быть счастливыми?

В данной книге мы поговорим о том, как на самом деле просто изменить свою жизнь к лучшему, и почему не нужно впадать в депрессию, если вдруг в вашей жизни что-то пошло не так.

Вам предлагается понять, осмыслить и принять всего три жизненных аспекта, которые, в свою очередь, улучшат вашу жизнь. Вам не нужно долго над собой работать, а нужно раз и навсегда поменять своё отношение к миру.

Если вас интересуют эти вопросы — то присаживайтесь поудобнее, и вперёд к счастливому будущему!

II. МЫ САМИ СОЗДАЁМ СЕБЕ ПРОБЛЕМЫ

Что с нами происходит, когда наши планы рушатся? Когда на нас наваливается куча проблем и забот? Мы сразу впадаем в депрессию, суетимся и нервничаем, срываемся на своих близких, не спим по ночам и кричим, что больше не можем дышать. И в душе всё так неспокойно. Порой даже кажется, что из этой ситуации нет выхода, и в горле огромный ком…

Стоп!

Возможно, мы зря переживаем? Возможно, зря всё это сами себе накручиваем? Мы же в любой момент можем выйти из подобного состояния, успокоиться и вдохнуть полной грудью! Возможно, судьба пытается до нас донести, что мы что-то делаем не так, или, быть может, что ещё просто не пришло время? А, возможно, мы вообще придаём чему-то чрезмерное значение?

Не кажется ли вам, что этим мы лишь бессмысленно тратим наше драгоценное время, которым лучше было бы наслаждаться и проводить его с пользой для себя и для других?

Мы все должны понять, что жизнь всё равно, несмотря ни на что, прекрасна! Никто и никогда не может запретить нам дышать, любить, радоваться и быть счастливыми. Что бы ни происходило в вашей жизни, вы никогда не должны под-

даваться унынию. Можно всплакнуть для выброса эмоций, очистив тем самым душу от накопившегося негатива, но не больше. Всплакнуть и идти дальше.

Так чего же нам не хватает, чтобы чувствовать себя счастливыми? Может быть, немного уверенности и любви к самому себе? Ведь большинство проблем в жизни от нашей собственной низкой самооценки. Мы не любим себя, не считаем себя особенными и не верим в собственное светлое будущее…

Конечно, нам больше нравится строить из себя жертв и жаловаться на жизнь, но в большинстве случаев этих жертв делаем мы сами. Мы живём завистью и обидами, жаждой мести, не желая простить кого-то или отпустить. Порой мы не можем простить даже самих себя. Но ведь если застрять в прошлом, то никогда не будет даже надежды на будущее.

Главное, что мы должны понять, так это то, что судьба есть, но есть ещё и выбор. Наш выбор. Наше принятое решение. Мы сами выбираем, каким путём пойти, с каким настроем и с какими целями. Таким образом мы и творим свою судьбу, как бы это банально ни звучало.

Хочется затронуть ещё одну интересную тему. Очень многие люди, особенно женщины, любят всевозможные гадания — хотят знать заранее, что ждёт их в жизни. Но вот вопрос — а стоит ли вообще гадать? Ведь неизвестно, к чему могут привести эти гадания…

Например, вам нагадали суженого Андрея, светловолосого и так далее. Вы всю жизнь его ждёте, вам встречаются (к примеру) брюнеты Алексеи, Сергеи, но вы не думаете, что отношения с ними надолго, ведь у вас впереди светловолосый Андрей. А потом встречаете некого Андрея, подходящего под описание, и без оглядки начинаете играть с ним в любовь. Вам ведь так нагадано! Но отношения с ним не складываются, вы постоянно ругаетесь, да и вообще, вы абсолютно разные люди. А вы всё равно продолжаете безуспешные попытки создать крепкие отношения, …потому что нагадано… Но потом в какой-то момент вы понимаете: «Боже мой, что же я делаю? Зачем мне эти отношения, я же в них страдаю! Мне надоело плакать! Я эмоционально истощена! Да Андрей, да светловолосый, но дальше то что?! Всё, хватит! Нужно расстаться». А спустя некоторое время вы встречаете рыжего Дмитрия и влюбляетесь в него без памяти. Вам так хорошо с этим человеком, что все гадания и предсказания больше не имеют никакого значения, и вы решаете для себя, что теперь только вы сами выбираете, с кем быть, где работать и сколько детей рожать.

Другой пример, вам предсказали смерть или болезнь, собственную или близкого человека. И вы будете, волей-неволей, в это верить, этого ждать, бояться и внушать себе, что так и будет. И, скорее всего, это произойдёт, но не потому, что это было нагадано, что это судьба, а потому, что вы столько времени жили с этой мыслью, что сами накликали на се-

бя беду, а точнее — притянули к себе отрицательную энергию. Да, второе, что всем необходимо понять, так это то, что мысль материальна. И это вам не какие-нибудь шутки или заготовленные шаблонные фразы. Но мы вернёмся к этой теме чуть позже.

Третий пример, ваш близкий очень болен, и потом вам нагадали его смерть. Вы отчаялись, смирились, и единственное, что вы теперь будете делать — это плакать и пытаться как можно больше времени проводить с этим человеком, чтобы успеть проститься. А что если вы бы не стали гадать? Как бы вы поступили, если бы дорогой вам человек вдруг заболел? Скорее всего, вы бы начали изо всех сил пытаться его вылечить, искать хороших врачей, собирать деньги на операцию и так далее. И вот чудо! Деньги нашли, операцию сделали, и теперь ваш близкий, а возможно и самый главный в мире человек будет жить! Видите, как одно гадание, а главное — вера в него, может решить судьбу человека!

Мелкие предсказания, например подбрасывание монетки, часто могут быть даже полезными. Они помогают нам принять правильное решение, лучше понять себя и прислушаться к внутреннему голосу — ведь в момент подбрасывания монетки мы уже знаем, на что надеемся. А вот серьёзные гадания на будущее — это другое дело. Насколько вообще гадание может быть правдивым? Неизвестно. Зато нагаданное способно навсегда заложить в подсознание человека неприятные мысли, страхи и ожидание неблагоприятного прогно-

за.

«Самое лучшее гадание — это вера в светлое будущее»

У каждого человека будет та жизнь, которую он сам для себя выберет. Хотите чувствовать себя несчастными — чувствуйте. Плачьте и живите в депрессии. Хотите быть счастливыми, позитивными и успешными — так будьте такими! Для этого нужно только успокоиться и сделать свой выбор.

Многие говорят: «Мне так плохо, у меня сплошная чёрная полоса в жизни, и я ничего не могу с этим поделать». А не кажется ли вам, что эти люди просто-напросто лентяи, потому что нет такого «не могу», есть только «не хочу». Желающий ищет возможности, а нежелающий ищет причины. Нужно просто решить, чего же вы хотите. А потом останется лишь с помощью большого количества «помощников», о которых мы поговорим в соответствующем разделе книги, строить то будущее, которое вы для себя захотите!

Вот пример некого алгоритма построения счастливого будущего:

1. Сделайте выбор в пользу позитивного отношения к жизни, создания нового жизненного пути, который, несомненно, приведёт к благополучию.

2. Очистите свой внутренний мир, то есть простите всех людей, на которых у вас есть обиды, не вините никого в сво-

их неудачах, простите самому себе ошибки своего прошлого, отпустите всё негативное, перешагните через все неприятные воспоминания.

3. Поблагодарите всё, что было в вашей жизни — и хорошее, и плохое. Особенно плохое, как бы это не было сложно. Ведь это были лишь испытания, из-за которых вы стали мудрее! Важно то, как вы к ним относитесь. Поверьте, в нашей жизни ничего не происходит просто так. Жизнь нас любит, ведь все мы — её дети. Любые трудности и испытания, которые она нам даёт, происходят лишь для того, чтобы мы нашли себя и стали счастливыми!

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.