

Zniechęcenie

Autor: Nikodem Marszałek; ilość słów: 1093

Postanowienia noworoczne to krótki okres naszego życia w którym zastanawiamy się nad minionym życiem, opracowując jednocześnie plany na nadchodzący rok. Większość z nas wkłada ogromny zapal, energie tworząc i oczekując tego co ma nastąpić. Czy wypowiadałeś może takie słowa: „W tym roku tego dokonam, dam z siebie wszystko?” Bawiąc się w czasie nocy sylwestrowej Ja osobiście trzymam swoją kartkę z zapisanymi celami w kieszeni, co bardziej agresywni już dawno poszarpaną ściskają jeszcze mocniej w ręce. Odliczamy trzy, dwa, jeden - Nowy Rok. Coś się zmieniło i czujesz powiew świeżości, odrodzenia i przede wszystkim nowych możliwości?

Jak długo czuleś podekscytowanie po tej pamiętnej nocy sylwestrowej? Kilka dni, tydzień może miesiąc? Mijały kolejne dni, miesiące i zaczęły powracać stare nawyki, utarte schematy? Kartka z wyznaczonymi celami, przesycona całą Twoją energią, pozytywnym nastawieniem aż promieniuje z dawno zakurzonej szuflady? No tak, dawno o niej zapomniałeś tylko kwiatek, który swobodnie leży na blacie szafeczki wydał szybciej swoje owoce. Zmiana nastąpiła – tylko nie Twoja.

Ludzie od tysięcy lat wyznaczali nowe cele, plany, snuli marzenia lecz tylko nie licznym udawała się sztuka „wskakiwania w nowe buty”. Czy nazywasz się Jaś czy Małgosia, jesteś człowiekiem bogatym czy biednym przy każdej nowej próbie, zaangażowaniu pojawia się czarna z mora - zwana „zniechęceniem”. Częstokroć nasza droga jest wolna od kamieni, wybojów jedynym problemem jesteśmy MY SAMI. Wiele firm tworzy grupy kilkuosobowe na czas projektu. Dlaczego? Najwięcej energii promy kosmiczne zużywają w czasie startu by pokonać siłę grawitacji. Na rozpalenie zapala w grupie, przeważnie lider oddaje swoją siłę (entuzjazm, podekscytowanie, myśli) rozbudzając uśpiony potencjał u innych. W kolejnych dniach, reszta członków żywo zaskoczona szybkością postępujących prac mówi nieświadomie: „Nasz kierownik jest jakiś nieżywy”, „Lider grupy się wypalił” – nie zauważając faktu orbitującej rakiety.

Poranek

Nasze poranne nastawienie w dużej mierze zależy od ...? Jak odpowiesz jeśli powiem „Twoje poranne samopoczucie zależy od minionej nocy, w szczególności od treści snu”. Dawnymi czasy nasi ojcowie, matki, dziadkowie mówili „niech Ci się przyśnią aniołki”. Dzisiaj dzieci zasypiają po oglądnięciu bajki przeważnie przesiąkniętej przemocą. Wybitni ludzie stojący przed ogromnym wyzwaniem (problemem) przed samym snem wydają jasne polecenie swojej duszy. Dlaczego o tym mówię? Wstałeś kiedyś z uczuciem zniechęcenia, przygnębienia może było to coś fantastycznego, ekscytującego, radosnego? Zasypiaj z pozytywnym uczuciem, radosną myślą, a obudzisz się w jeszcze lepszym humorze. Wielu ludzi szuka dziwnych powodów swoich porannych nastrojów tracąc przy tym dużo cennego czasu by odbudować jasną postawę. Moja odpowiedź jest prosta – pilnuj z jakimi myślami zasypiasz dzień wcześniej.

Nie chce mi się dalej pisać tego artykułu...

Spoglądając na ludzi sukcesu w różnych dziedzinach przed laty zastanawiałem się, czy oni mają więcej energii ode mnie, czy oni są mądrzejsi, urodzili się z większym talentem otoczeni budującymi ludźmi? Czułem się mały i bezsilny, mówiąc „co ja robię na tym Bożym świecie”. Na moje szczęście pojawili się odpowiedni ludzie, książki oraz tak potrzebna wiara. Kilka lat później moje własne poszukiwania wykazały, że większość z tych „wielkich” ludzi często nie ukończyło żadnych wyższych, a nawet średnich szkół.

Byli często karceni fizycznie, odrzucani przez rówieśników lecz posiadali jedną przewagę nad wszystkimi innymi - trzymali się jak szaleńcy swojego marzenia. Czy to oznacza, że musisz się urodzić w patologicznej rodzinie z dala od pozytywnego środowiska by coś osiągnąć? Nie, po prostu jasno sprecyzuj czego oczekujesz od swojego życia. Za każdym razem gdy wypowiadam słowo „marzenie” widzę uśmiech, szczerzy czy ironiczny zależy od konkretnego słuchacza. Zapamiętaj – naszym ludzkim zbiornikiem z paliwem jest „przyszła możliwość, szansa,,, zapłonem „pozytywny mentalny obraz”. Jeśli posiadasz dostatecznie wielkie marzenie, fakty się nie liczą.

Trzy „D” sukcesu

1. Po zbudowaniu obrazu myślowego **podejmij decyzję**, że tego pragniesz i jesteś przygotowany aby to przyjąć do swojego życia. Bez wewnętrznego przekonania będzie to tylko fantazja dla podświadomości (dusza będzie unikać przyciągnięcia celu). Wypowiedz sobie: „To jest to czego pragnę i prawdziwie tego chcę doświadczyć” – tak tworzysz intencje.

2. **Determinacja** jest uzewnętrznioną siłą woli. Ten potężny smok drzemiący w nas samych jest uwalniany poprzez skupienie uwagi na celu. Skupienie powoduje działanie, działanie przynosi nawyki, a nawyki wyniki. Nie podejmując działania stale rozmyślając wciąż o swoim marzeniu karmisz swojego smoka który przy pierwszym pojawiającym się problemie powróci do swej zatęchłej nory.

3. **Dyscyplina**. Wiesz co masz do zrobienia i cokolwiek sugeruje Ci twoje ciało czynisz nadal. Ludzie przegrywający w życiu to wszyscy Ci, którzy nie robią tego co jest konieczne. Możesz wiedzieć czego chcesz, ale czy jesteś zdyscyplinowany przez większość czasu? Odpowiedz na pytanie: „Czy to co robię teraz, zbliża mnie do mojego celu?”

Jeszcze trochę

Oswald Spengler napisał: „Cywilizacje rosły i rozwijały się poprzez napotykanie problemy, małe osady i kultury mogły być niszczone przez nieznaną wrogów, pogody lub coś innego, gdyby społeczeństwo nie podchodziło pozytywnie i konstruktywnie do zaistniałych problemów”. Spengler przestudiował 21 największych kultur i cywilizacji i stwierdził: „Tak długo jak cywilizacja zdecydowała się przyjmować różne wyzwania rosła silniejsza i silniejsza”. Jakakolwiek biografia znanej osobistości pokazują, że Ci ludzie rośli razem ze swoimi wyzwaniami. Jedno co musisz zrobić to radzić sobie z małymi wyzwaniami, każdego dnia. Dwa bloki dalej może wybuchnąć bomba, możesz mieć pustą lodówkę i odczuwać głód, cokolwiek Cię spotyka dzisiaj zaakceptuj to wyzwanie i odrzuć pojawiające się rozproszenie – tak przekroczysz linię mety.

W jaki sposób wzbudzić zniechęcenie? Pokieruj się teraz wewnętrznym głosem, co do użycia poszczególnych składników:

1. Stagnacja – czyli brak nowych wyzwań w życiu;
2. Strefa komfortu – jest dobrze, lepiej być nie musi (może);
3. Porażka – możliwość napotkania problemu, ośmieszenia;
4. Pasja – bardzo często nadmierne zajmowanie się swoim hobby powoduje zniechęcenie (złość) nawet samym myśleniem o innym zajęciu;
5. Wyzwanie – nadmierne oczekiwania innych (także nas samych) wobec naszych możliwości;
6. Strażnik – uszczypliwe słowa bliskich, kolegów oraz negatywny zbiór informacji.

Podsumowanie

1. Zасыpiaj powtarzając pozytywne słowa lub wyobrażając sobie coś miłego.
2. Po zapisaniu celu stwórz uczucie jak gdybyś już go osiągnął.
3. Dwie godziny przed samym snem, podsumuj miniony dzień używając Tundruka („Odrodzenie Feniksa”) lub przypomnij sobie swoje nastawienie względem danej rzeczy, projektu, osoby (zauważysz dysproporcję niwelując przy tym złości).
4. Zniechęcenie atakuje wszystkich od najbiedniejszych materialnie, duchowo, umysłowo po najbogatszych. Różnica polega na uświadomieniu sobie, że dana negatywna siła do nas zawitała. Naszym kontrującym pytaniem w tym momencie jest: „Do czego ta sytuacja mnie prowadzi?”
5. Marzenia dla dzieci są fantazjami, dla dorosłych podglądaniem przyszłości.
6. Oprócz swojej świadomości, posiadasz większych braci jak dusze i ducha (Nadświadomość/Wyższą Jaźń). Naucz się zwracać do nich po imieniu, pytając: „Co sądzisz o tym moja duszo...? Co myślisz o tym...? Czy możesz mi pomóc....? Chciałbym abyśmy zrobili to razem?”
7. Nie ma ludzi lepszych, są tylko Ci, którzy podejmują twardą decyzję nie ulegając powszechnemu zniechęceniu. Dzisiaj Twoją przewagą będzie determinacja, a plecy, które teraz oglądasz zamienią się w piękny widok szczytu. Do dzieła!

Więcej artykułów na stronie autora: CentrumRozwoju.pl
Artykuł pochodzi z serwisu: www.artelis.pl

Tempo czytania: [ilość słów (1093) / ilość sekund] x 60 =