

Как сделать так, чтобы мечты сбывались

Психологи в один голос твердят, что нет таких желаний, которые нельзя осуществить в жизни. Но на практике оказывается, что все, о чем мечтали в детстве, не сбылось. В жизни только проблемы, как в личном, так и на работе. Замкнутый круг какой-то.

Но почему же **мечты не сбылись**? Оказывается, нужно правильно загадывать желание. Как же этому научиться?

1. Удовлетворение приносит только осуществление вашей мечты.

Иногда поддавшись влиянию родителей, родственников, общественного мнения, мы воплощаем в жизнь чужие мечты. А результат нас вовсе не радует. Вроде бы все отлично, но счастья это не приносит. Поэтому чтобы всегда быть в гармонии с самим собой, осуществляйте только ваши мечты.



Как же определить твоя это мечта или нет?

Это может определить только ваше сердце, интуиция. Мечты могут быть совершенно разными: путешествия, личная жизнь, карьера или бизнес. Главное, - надо знать, для чего вы осуществляете свою мечту. Если в приобретении машины, дома, дачи, вы видите только цель обскакать свою подругу или друга, то радости будет не много при осуществлении желания. Но вот если вы мечтаете иметь дом у моря и представляете, что ваши дети будут играть на горячем песке и резвиться в море, то вы всякий раз, думая о своем желании, будете подзаряжаться только положительными эмоциями, получите вдохновение и уверенность в себе.

2. Формулируйте ваше желание более точно.

Чтобы вся Вселенная помогала вам в осуществлении заветного желания, нужно четко его обозначить. Различные трактовки просто не допускаются.

Если вы, например, обозначили свое желание, как «Хочу наконец-то расслабиться и отдохнуть», то это может привести к плохим последствиям. Ведь в расслабленном состоянии отдохнуть можно и на больничной койке. Поэтому, формулируя желание об отдыхе, просто скажите «Хочу свой отпуск провести на курорте около моря».

В том случае, если вы еще не уверены в своем желании, поставьте запрос в «широком» смысле. Например, скажите: «Хочу, чтобы в личной жизни у меня было все хорошо». Для лучшей формулировки своего желания воспользуйтесь блокнотом. Вам будет легче выбрать правильную формулировку из написанного.

3. Подумайте, какую цену вам придется заплатить за сбывшуюся мечту.

Надо трезво посмотреть на то, как ваше желание изменит вашу жизнь, а также кого из близких людей оно затронет. Быть может, вы мечтаете о карьерном взлете. Но осуществив мечту и получив желаемую должность, вы «подсиживаете» свою близкую подругу, которая мечтала о повышении много лет. В итоге, вы уже не друзья, а враги. Оцените свой душевный потенциал. Сможете ли вы пойти на жертвы в отношениях с близкими людьми? Нужно ли вам такое счастье?

Каждый делает свой выбор. Но помните, настоящего счастья и гармонии можно достичь только, если вы не вредите окружающим.

4. У вас есть возможность подкорректировать свое желание.

Чтобы узнать осчастливит ли вас ваше желание после исполнения, представьте, что мечта уже сбылась. Спросите себя, счастливы ли вы. Если ощущаете себя уверенно и хорошо, тогда можете без сомнения осуществлять свою мечту. Но если вас что-то тревожит, и вам чего-то не хватает, то можно еще все исправить.

Вот вы уже точно знаете свои желания. Теперь настала пора действовать.

1.Настройтесь на позитив.

Вера в себя и в свою мечту помогают справиться со многими помехами и преградами. Скептики скажут, что вера – ничто. Но по законам психологии с нами происходит всегда только то, на что мы себя запрограммировали. Если мы верим в лучший результат, то тем самым даем позитивный импульс, который может поспособствовать исполнению желания.

Иногда родители, сами того не подозревая, программируют своих детей на неудачи, с детства внушая ребенку мысль, что большие деньги можно заработать только нечестным путем. Родители не могут в будущем понять, почему их ребенок не стремится заработать больше, ведь он талантливый и умный.

Став взрослым, человек боится идти в те места, где можно неплохо заработать, объясняя свое нежелание тем, что он не сможет там работать, не справится с обязанностями.

А вот, если родители внушают своему ребенку, что деньги – средство для многих возможностей, то такой человек будет стремиться получить место получше и зарплату побольше.

Мысли в нашей голове могут многое. Если мы верим в свои силы, то можем и горы свернуть. А если бурчим себе под нос, что «жизнь ужасна», «Я ничего не смогу», то ждать каких-то благоприятных перемен в своей жизни не приходится.

Прислушайтесь к своим мыслям. Как часто вы используете в мыслях частицу «не»? Если достаточно часто, то необходимо настроиться на позитив. Вы скажите: «Я не могу!». Убедить себя в обратном может, например, простая надпись у собственного рабочего стола: «У меня все получится». Созерцая данную надпись каждый день, человек начинает верить в свои силы и идет верными шагами к своей мечте и эта мечта сбудется.

2.Визуально или на бумаге смоделируйте свое желание.

В мечтах нужно прокручивать пути к осуществлению желания. Заниматься этим нужно не менее 15 минут в день. Но, к сожалению, не все могут выделить время на мечты, постоянно что-то или кто-то отвлекает.

Лучше всего оформить свои мысли в виде коллажа. На этом коллаже обязательно должны быть вы. Коллаж нужно подписать фразами в настоящем времени, например, «Я любима своим мужем», «Я каждый год летаю отдыхать на дорогие курорты». Эти фразы будут означать, что события, написанные вами, уже случились, и вы счастливы.

На коллаж можно наклеить дом, машину и все те предметы, которые вы хотели бы видеть в своей будущей жизни. Коллаж нужно повесить на каком-нибудь видном месте, так как вы должны его видеть как можно чаще, приближая свою мечту.

3. Нужно не сидеть, сложа руки.

Так просто ничего не делается. Мы можем мечтать о чем-то, но чтобы осуществить свою мечту, ничего не делаем. Хотим более оплачиваемую работу и никак не можем пойти учиться или повысить свою квалификацию. По сути, мы просто ленимся. Подумайте, какие навыки вам нужны для новой работы. Возможно, вам нужно выучить иностранный язык, чтобы получить высокооплачиваемую должность. Главное – начать. И ваша мечта обязательно сбудется.

Если у вас глобальная мечта, тогда для ее осуществления нужно постепенно подниматься к вершине. Разбейте цель на ступени и переходите с одной ступеньки на другую.

У вас все получится! Верьте в себя!!! И помните - **Мечты сбываются !!!**