

Вдячність може змінити день і навіть життя

Вдячність

може змінити день

і навіть ЖИТТЯ

Вдячність - необхідна властивість повноцінної, сильної і хорошої людини. Вона здатна змінити наше життя, наповнити його любов'ю і щастям, досягти успіху в будь-яких цілях. Пропонуємо матеріал Дена Вальдшмідта про силу вдячності й подяки.

Є немало стратегій, що допомагають досягти успіху в житті. Але є одна стратегія, про яку найчастіше забувають. Це вміння бути вдячним.

Насправді подяка й відчуття вдячності змінюють усе. Вдячність перетворює нас не тільки в хороших, щасливих людей, але й в одного з найсильніших гравців у тій чи іншій сфері. Але недостатньо бути вдячним іноді, скажімо, у свята. Щоб стратегія працювала, потрібно цілеспрямовано і постійно розвивати відчуття вдячності. Наведу п'ять аргументів, які показують, що це оптимальний шлях до успіху.

1. Коли ви відчуваєте вдячність, ви притягуєте до себе правильних людей.

Якщо ви хочете, щоб у вас були прекрасні друзі чи клієнти, які цінують вас, ви самі повинні стати такою людиною. Нікому не подобається бути поряд з невдячним, зацикленим на собі скиглієм, який думає, що і так все вже знає. Вдячність міняє це відношення.

2. Коли ви вдячні, ви більш схильні до творчості.

Замість того, щоб перебирати в розумі весь морок своєї ситуації, ви вчитеся шукати щось позитивне і в поганих новинах. Це дає силу спробувати те, на що інші не наважуються. А пробуючи більше нового, ви починаєте частіше вигравати. І шлях показує саме вдячність.

3. Коли ви вдячні, ви ухвалюєте більше правильних рішень.

Ви не зриваєтеся на тих, хто повівся не так, не дозволяєте небезпечним емоціям управляти своїми вчинками, а дієте більш розумно, і ваші рішення не повертаються до вас бумерангом. Подяка - це вміння глибоко вдихнути. Вона дозволяє відступити на крок назад і більш чітко побачити життя.

4. Коли ви вдячні, ви більш розумно витрачаєте гроші.

Ви не викидаєте їх на все, що вам «обов'язково потрібно мати» (тому що вам здається, що у вас так мало всього) - ви інвестуєте в свої майбутні успіхи. Ви готові сказати «ні» - а це «ні» перетворюється на велике «так» у майбутньому. Вдячність вчить більш розумному підходу до грошей.

5. Коли ви вдячні, вам трохи більше "щастить", ніж іншим.

Може, насправді ви і не більш везуча людина, ніж оточуючі. Але якщо ви відчуваєте себе таким, хіба з цим посперечаєшся? Уявіть, що ви щоранку прокидаєтеся і відчуваєте себе найщасливішою людиною на світі. Як би ви тоді стали діяти? Можу припустити, що ви б не стали займатися тим, що плануєте зробити прямо зараз. Вдячність дає вам фору і сповнює позитивною енергією.

Є маса стратегій, що допомагають стати "суперзіркою". Одні вимагають грошей, інші - як вдячність - зміни в мисленні. Замість образ, критики і постійних питань «чому», можливо, варто проявити трішки більше вдячності, а вона принесе вам нові перемоги.