

Страдание биологически полезно

Жанр произведения: Психология

Произведение написал автор BookBox Юлия Соболенко

Ссылка на публикацию

Какого бы возраста, достатка и количества благ мы не были - страдания не оставляют нас. Нас всегда что-нибудь не устраивает. Мелкие страдания показывают нам какие-то обыденные, повседневные вещи. Мы ненавидим боль, но именно она показывает нам, что хорошо, а что плохо. Но есть и страдания масштабного размера для каждого человека. Здесь главное научиться их решать. Вы замечали, что Счастье вы испытываете именно после того, как проблемы решены? Мы не умеем жить так, чтобы ничего не происходило. Если проблем нет - мы их создадим! Обязательно! Мы настолько зациклены на Счастье, что это уводит нас постоянно в поиск чего-то нового. То, от чего мы счастливы сегодня, не приносит нам счастья завтра - и мы начинаем искать нечто большее. Как это сочетается? Люди, с которыми мы создаём семью, - это люди с которыми мы ссоримся; работа, о которой мечтаем, - это источник стрессов; дом, который мы покупаем, - это дом, который мы ремонтируем. Нам биологически необходим стресс и проблемы. Просто нужно именно РЕШАТЬ эти проблемы, а не впустую изо дня в день перетирать на кухне с друзьями тяготы ваших жизней. И напоследок. Перестаньте слушать краем уха, видеть краем глаза, а потом додумывать остатком мозга. Создавая новые проблемы, не вините никого. Вы Автор! Всегда! Daily Boost. https://patreon.com/DailyBoost