# Õî÷åòñÿ áðîñèòü è ïîñëàòü âñå ê ÷åðòó

Àâòîð Âëàäèìèð Ëàíüêî

Íåçíàêîìêà, 15.08

ÂÎÏÐÎÑ

Ó ìåíÿ ïåðèîäè÷åñêè ïðîïàäàåò ìîòèâàöèÿ - íàâåðíå, êàê è ó ìíîãèõ äðóãèõ äåâóøåê è æåíùèí. ß ìîãó íåñêîëüêî ìåñÿöåâ òðóäèòü
çåðêàëî óæå ïîêàçûâàåò äîâîëüíî íåïëîõîé ðåçóëüòàò.
Íåçíàêîìêà, 15.08
ÂÎÏÐÎÑ
Ó ìåíÿ ïåðèîäè÷åñêè ïðîïàäàåò ìîòèâàöèÿ - íàâåðíå, êàê è ó ìíîãèõ äðóãèõ äåâóøåê è æåíùèí. ß ìîãó íåñêîëüêî ìåñÿöåâ òðóäèòü
çåðêàëî óæå ïîêàçûâàåò äîâîëüíî íåïëîõîé ðåçóëüòàò. È òàêîå íàñòðîåíèå ìîæåò ïðîïàïëæàòüñÿ íåñêîëüêî äíåé êàê ìèíèìóì. Õîòåë
ïðàâèëüíî, è òû âîçâðàùàåøüñÿ ê ïðèâû÷íîìó (êàê òåáå âñåãäà êàæåòñÿ) óæå îáðàçó æèçíè.
ÎÒÂÅÒ

"Âñå ñ÷àñòëèâûå ñåìüè ïîõîæè äðóã íà äðóãà, êàæäàÿ íåñ÷àñòëèâàÿ ñåìüÿ íåñ÷àñòëèâà ïî-ñâîåìó."

«Àííà Êàðåíèíà» Ë. Òîëñòîé

ß íå çíàþ - êàêîâà ìîòèâàöèÿ ó "ìíîãèõ äðóãèõ" äåâóøåê è æåíùèí. Â ýòîì ïëàíå ÿ ìîãó îðèåíòèðîâàòüñÿ ëèøü íà:

- ñëîâà äåâóøåê è æåíùèí, êîòîðûå ãîâîðÿò î ñâîåé ìîòèâàöèè;

- òåîðåòè÷åñêèå ðàáîòû î ìîòèâàöèè.

È ñëîâà ýòè ëèøü îòðàæåíèå ïîíèìàíèÿ è ýìîöèé êîíêðåòíûõ ëþäåé. À òåîðåòè÷åñêèå ðàáîòû - ñïîñîá êàê-òî îá ýòîé ñàìîé ìîòèâàöè

È, êîãäà âû ñ÷àñòëèâû, âðÿä ëè âû çàäóìûâàåòåñü î ìîòèâàöèè, ëè÷íîñòíî ðîñòå, ñîîòíîøåíèè âåñ/ðîñò è òàê äàëåå - âû ïðîñòî ñ
Èõ ìîæíî ñãðóïïèðîâàòü, íàïðèìåð, òàê:

- ñåìåéíàÿ èñòîðèÿ, ñîáñòâåííûé æèçíåííûé ïîû;

- ñîöèàëüíîå îêðóæåíèå (ðîäñòâåííèêè, ñàä, øêîëà, âóç, ðàáîòà, êëóáû è ò.ä.);

- êóëüòóðà è èñòîðèÿ îáùåñòâà (ïî÷òè òî æå, ÷òî è ñîöèàëüíîå, íî ïðîâîçãëàøåííîå â îáùåïðèçíàííûõ îáðàçöàõ è èäåàëàõ - êàðòèí

Åùå ìåíÿ çàèíòåðåñîâàëî ðàçäåëåíèå íà "äåâóøåê" è "æåíùèí". Òî åñòü ýòî ðàçäåëåíèå îòðàæàåò ðàçëè÷èå â ìîòèâàöèè ýòèõ ã

Íî âîçìæíîå ðàçëè÷èå ìîòèâàöèè ó äåâóøåê è æåíùèí â òàêîì ðàçäåëåíèè çàâèñèò îò êðèòåðèâà, ïî êîòîðûì âû ðàçäåëÿåòå äåâó
áûòü èíîé, ÷åì ó æåíùèíû â 40 ëåò. Èëè - ó íåçàìóæíåé è çàìóæíåé...

Õîòÿ âû ñîâåðøåííî ïðàâû - ìîòèâàöèÿ ìîæåò "ïðîïàäàòü". È ýòî, íà ìîé âçãëÿä, ïðèñóùå ëþáîìó ÷åëîâåêó. Âåðíåå, íå ñîâñåì "ïðîïàä
ñòàíîâèòñÿ ãîðàçäî áîëåå ñèëüíûì, òî ìîòèâû ìàëåíüêèå ïåðåñòàþò íå òîëüêî äâèãàòü íàñ ê ñâîèì öåëÿì, íî äàæå ñòàíîâÿòñÿ íåçàì

Ïîëó÷åòñÿ, ÷òî ìîòèâîâ ìîæåò áûòü ìíîãî. È êàêèå-òî ìîòèâû ìîãóò áûòü âàæíû äëÿ íàñ èíòåëëåêòóàëüíî. Ýòî òå, î êîòîðûõ ìû ãîâîð
ñîîðòçäè, ÷òîáû ïîõóäåòü, îáðåñòè ñòðîéíóþ ôèãóðó. È ãîâîðèò, ÷òî ýòî - âàæíî, òàê êàê ýòî - çäîðîâûé îáðàç æèçíè, à åé õî÷åòñ
ðàäîñòü, êîãäà â òåëå áóøóåò êîêòåéëü ãîðìîíîâ - æèçíü êèïèò è ïîáóæäàåò íàñ ê íîâûì ñåðøåíèÿì! È ïðîïàïëæàÿ òåì, ÷òî òàêàÿ
ìóæ÷èíé è äàëüíåéøåé ïåðñïåêòèâîé äîëãîé ñîâìåñòíîé ñ÷àñòëèâîé æèçíè. Ýòî - ýìîöèè è äóõîé ìîòèâ. Óäàëîñü âàì âûðàçèòü â

Òî åñòü, çàíèìàåòåñü âû â ñïîðòçàëå, ïðèäåðæèâàåòåñü êàêîé-òî äèåòû. È âñå äëÿ êàêîé-òî êîíêðåòíîé öåëè, âåäîìûå êîíêðåòí
êåì-òî. È ýòî çíàêîìñòâî íå ïðîèñõîäèò. Öåëü íå äîñòèãàåòñÿ, õîòÿ - ìûøöû óïðóãè, òåëî ñòðîéíîå, ïèòàíèå - èäåàëüíîå. È ïðèõîäèò

ß ïðèâåë ýòîò ïðèìåð äëÿ òîãî, ÷òîáû áûëî ïîíÿòíåå ñîòòíøåíèå ìîòèâîâ è òî, ÷òî ýòè ìîòèâû íå âñåãäà ê îäíîìó è òîìó æå íàñ âåäóò.

Âû çàäàåòå ñîâåðøåííî ðàçóìíûé âîïðîñ - "÷òî æå äåëàòü". Âíîâü êëàññèêà - âîïðîñ ðóññêîé èíòåëëèãåíöèè ïî ×åðíûøåâñêîìó. Íî â

Äóìàòü, ìûñëèòü, îçíà÷àåò îñîçíàâàòü ñåáÿ, òàêîãî êàê åñòü, îêðóæàþùóþ æèçíü, ñîîòñòâåëÿòü ñåáÿ òàêîãî êàê åñòü è òàêîãî,
ñóùåñòâîâàíèÿ, ñâîåé íîâîé æèçíè.

Ïîïðîáóþ ïðîùå ñêàçàòü. Âû îïÿòü ïðàâû. Âû òðóäèòåñü, îñîçíàåòå ñâîè ðåçóëüòàòû, ñðàâíèâàåòå òî, ÷òî ÷óâñòâóåòå è âèäèòå
ðåçóëüòàòó. Ïðîäîëæèòü è îáäóìàòü - äåéñòâèòåëüíî ëè òîëüêî òî, ÷òî âû îçâó÷èëè ñëîâàìè è óâèäåëè â çåðêàëå - ÿâëÿåòñÿ îá
ïðèãëàñèë íà ñâèäàíèå è ò.ä.). Òî åñòü âû íàõîäèòå â ðåçóëüòàòå ðàçìûøëåíèé òîò äóõîé ìîòèâ, êîòîðûé ïðÿòàëñÿ çà âèäèìûì.

Ýòî íåâåðîÿòíî ñëîæíî. Ïîýòîìó ìíîãèå ïðîãëæàþò äåëàòü âèä, ÷òî çàíèìàþñÿ çäîðîâüåì è êñëþ÷èòåëüíî äëÿ ñâîåãî çäîðîâüÿ. Äåëàÿ

È â òðåòèé ðàç îáðàùàþñü ê êëàññèêå. Ìàñëîó - ïèðàìèäà ïîòðåáíîñòåé.

- Ôèçèîëîãè÷åñêèå: ãîëîä, æàæäà, ïîëîâîå âëå÷åíèå è ò. ä.

- Ýêçèñòåíöèàëüíûå: áåçîïàñíîñòü ñóùåñòâîâàíèÿ, êîìôîðò, ïîñòîÿíñòâî óñëîâèé æèçíè.

- Ñîöèàëüíûå: ñîöèàëüíûå ñâÿçè, îáùåíèå, ïðèâÿçàííîñòü, çàáîòà î äóãîì è âíèìàíèå ê ñåáå, ñîâìåñòíàÿ äåÿòåëüíîñòü.

- Ïðåñòèæíûå: ñàìîóâàæåíèå, óâàæåíèå ñî ñòîðîíû äóãèõ, ïðèçíàíèå, äîñòèæåíèå óñïåõà è âûñîêîé îöåíêè, ñëóæåáíûé ðîñò.

- Äóõîâíûå: ïîçíàíèå, ñàìîâêóàëèçàöèÿ, ñàìîâûðàæåíèå.

Êàæäûé èç íàñ èäåò ïî ýòîé ëåñòíèöå îò ôèçèîëîãèè ê äóõîâíîñòè. È îñòàíîâêè íà ýòîì ïóòè òàê æå ëîãè÷íû è åñòåñòâåííû, êàê è
âûâîäû äåëàåì. È îñòàìñÿ ëè ìû ñàìèì ñîáîé èëè ñðî÷íî íà÷èíàåì ðåâîëþöèþ - áîðüáó, âìåñòî ëþáâè è óâàæåíèÿ ê ñåáå, ñâîèì âî

Ñ óâàæåíèåì,

Âëàäèìèð Ëàíüêî
(îñ ìàòåðèàëàì áëîãà î æåíñêîé êðàñîòå è çäîðîâüå "Ñîõðàíÿÿ è óìíæàÿ")