

Вдохновляющее письмо

№165

Создаем настрой!

**Консервированные
эмоции.**





Фотографии консервируют эмоции.

На себе заметил такой эффект:
Если внимательно всматриваться
в фотографию, на которой изображен
искренне смеющийся человек, то
каким-то странным образом его чувство
передается на расстоянии.

Если попытаться прочувствовать, что он
испытывает в данный момент, то сам
невольно начинаешь улыбаться и
радоваться жизни.

Сегодня мы откроем банку с консервами
«радость».















Доброжелательный тон

Как расположить к себе человека, которого не видишь, например когда вы говорите по телефону или записываете свой голос на аудио?

Лайфхак : улыбайтесь во время разговора.

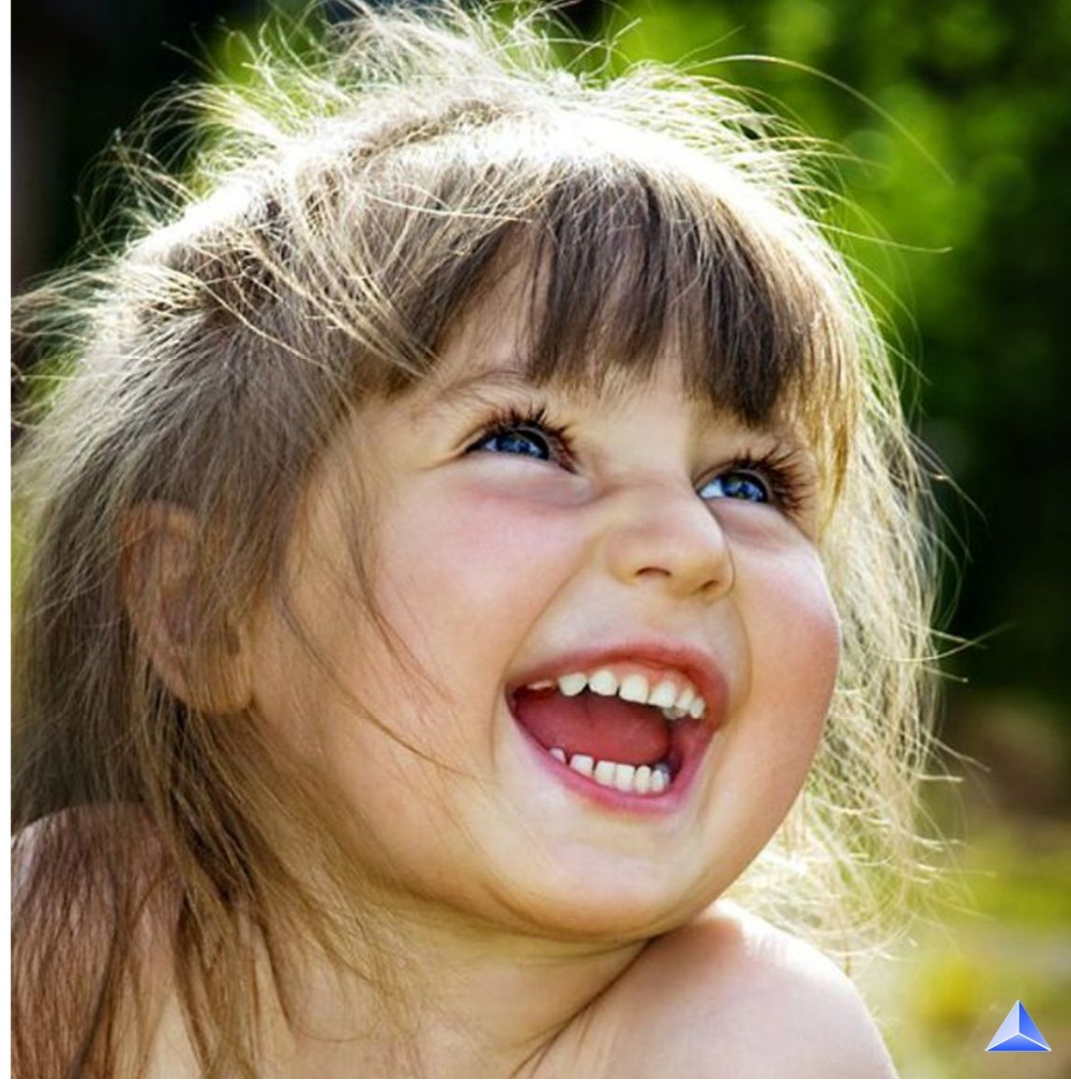
Как по волшебству, ваш голос станет теплее, дружелюбнее, и слушатель на том конце провода это почувствует. Гарантированно работает.













Смайлики почтой

Говорят, что русские не улыбаются, и тому есть научные обоснования. Хорошо, пусть нам тяжело делать это при личной встрече, но давайте улыбаться друг другу онлайн!

Лайфхак: используйте смайлики даже в деловой переписке.

Это смягчит переписку, сделает ее дружелюбной. А кроме того, позволит избежать недопонимания (например, ты по-доброму указываешь на недоработку, а партнер это воспринимает как жесткий выговор).
Ловите смайлик.



Я выбираю блаженство

Мастер Бахаудин всю свою жизнь был счастливым, улыбка никогда не сходила с его лица. Вся его жизнь была пропитана ароматом праздника! Даже умирая, он весело смеялся. Казалось, будто он наслаждается приходом смерти.

Его ученики сидели вокруг, и один спросил:

- Почему вы смеетесь? Всю свою жизнь вы смеялись, и мы все не решались спросить, как вам это удастся? И вот сейчас, в последние минуты, вы смеетесь! Что здесь смешного?

Старый Мастер ответил:

- Много лет назад я пришел к моему Мастеру молодым человеком, семнадцатилетним, но уже глубоко страдающим. Мастеру же было семьдесят, а он улыбался и смеялся просто так, без всякой видимой причины.

Я спросил его:

- Как вам это удастся? И он ответил:

- Внутри я свободен в своем выборе. Просто это - мой выбор. Каждое утро, когда я открываю глаза, я спрашиваю себя, что выбрать сегодня - блаженство или страдание? И так случается, что я выбираю блаженство, ведь это так естественно.



А что выбираешь ты на сегодня?



Радоваться



Страдать

