



Вечная тема для споров и рассуждений, корень навязчивой идеи поиска второй полови
ны
ичина
депрессивного
состояния
и
обращения
к
психологу
или
же...
современный
путь
к
успеху
?
Одиночество
...

Человек – индивидуалист. Он сам по себе, независимо от количества людей, которых

Однако сейчас все больше людей сознательно [выбирают одинокий образ жизни](#) с целью достигнуть чего-то значимого. И уже можно сказать, что "общественное проклятие" одиночества себя изжило. Забудьте Бриджит Джонс и ее отчаянные попытки найти потенциального мужа! Будьте самодостаточны. Живите своей жизнью. И пусть все будет так, как должно быть. А будет все непременно правильно, даже если будет и иначе.

Итак, мысль о том, что одиночество отлично подходит для глобального самосовершенствования, не нова. Вы можете позволить себе заняться тем, чем всегда мечтали, но до чего руки так и не доходили. Автошкола, курсы испанского, школа танцев, фитнес-центр, пусть даже строгая диета – исполняйте свои мечты!

Больше половины одиноких людей признает, что они рады возможности свободно путешествовать, испытывать новые ощущения и заниматься собой благодаря своему статусу. Кстати говоря, путешествие в одиночку делает их легкими на подъем,

позволяет ощутить вкус свободы.

"Популярность" добровольного одиночества связана с поздним возрастом вступления в брак. Так, "одиночки" успевают насладиться "холостятским" образом жизни, сделать многие давно задуманные вещи, подняв тем самым собственную самооценку и улучшив мироощущение в целом, плюс добиться успеха в карьере, после чего они с большей радостью заведут семью и погрузятся в "домашние" дела. Всему свое время, как говорится.

Факт! Около 48% человек в Британии одиноки. 40% из них довольны этим.

Одиночество – путь к успеху? Бесспорно, ведь концентрируясь на конкретной цели и не отвлекаясь на посторонние вещи, эмоции и проблемы (которых невозможно избежать, находясь в каких-либо отношениях), человек добивается значительно больших результатов, повышается эффективность его деятельности.

Очень хорошо составить план достижения желаемого, вычеркивая по пунктам уже достигнутое. Имея четкое представление о том, как добиться чего-либо, сделать это гораздо проще. По крайней мере, проще поверить в себя и вообще начать что-то делать. Планирование – это свобода, как бы парадоксально это ни звучало.

К бесспорным плюсам одиночества можно также отнести возможность дома полностью расслабиться, не думая, о том, как вы выглядите. Скажите "да" любимым, хоть и застиранным футболкам, маскам для лица самых экзотических цветов, домашним занятиям фитнесом и разнообразным диетам (никто не будет ворчать, что в холодильнике только сельдерей и морковь!) Соглашайтесь на внезапные предложения друзей съездить на пикник или составить компанию на коктейльной вечеринке. Красьтесь так, как вам нравится. Позвольте себе кокетливый взгляд и улыбку незнакомцу...

Словом, вам можно все, без оглядки на чье-то мнение. В жизни каждого человека должен быть такой период, когда он живет только для себя, сам с собой. Это залог более успешных отношений впоследствии, поскольку уровень эгоизма снижается за счет возрастающей потребности в заботе о другом человеке.

Копите ласку и нежность, формируйте свой внутренний мир для коррекции и улучшения

Это больше не приговор, не повод для грусти или стеснения, одиночество - это

отличное время, которое необходимо проводить с максимальной пользой и выгодой для себя. Главное, чтобы вы не чувствовали себя одиноко в кругу родных и близких людей.

Иллюстрации с сайта: [© 2010 Thinkstock](#) .