# 18 законов психологии, знание которых изменит вашу жизнь

****18 законов психологии, знание которых изменит вашу жизнь****

В рамках существования человека и человечества в целом, есть некоторые ****законы****, которые работают всегда. Речь идет о законах психологии. Законы психологии помогают быстро оценивать свои силы, возможности и делать прогнозы на будущее. Вы не сможете повлиять на ход истории, но можете сделать свои мгновения более приятными. Законы психологии выводить тысячами лет, ведь человеку всегда было интересно то, как мы устроены и как устроено наше сознание. Мы не роботы, но в определенных ситуациях действуем почти всегда одинаково. Психология научит вас читать людей и правильно использовать изыскания ученых в этой области.

Эти психологические законы помогут вам не только лучше понять, почему люди повторяют одни и те же глупости и ошибки каждый день, но и сами стать лучше и рациональнее.

****Закон пустоты.**** Если вам нужны новые ботинки, выбросите старые. Если вам нужна новая одежда, почистите ваш шкаф. Вы должны по доброй воле расстаться с вашими стереотипами.

****Закон циркуляции.**** Будьте готовы отпустить что-то, чем вы владеете, чтобы получить что-то, что вы желаете.

****Закон потерь.**** Помните, как было написано на кольце царя Соломона? «Это пройдет», а с внутренней стороны – «и это тоже». Всё проходит и хорошее и плохое. Но ваша задача концентрироваться на хорошем, и пренебрегать плохим. ****Не допускает ошибок только тот, кто ничего не делаете.**** А вы делаете! Значит, ошибки неизбежны. На ошибках учатся, причем все только на своих. Чужие истории не вставляют. Всегда кажется, что то или иное может случиться с кем угодно, но только не с вами! А потом это происходит в вашей жизни. Не вы первые и не вы последние. ****Сделали вывод, смиритесь, перевернули страницу и живите себе дальше.****

****Закон «лучше не досолить, чем пересолить».****Этот закон касается всего. Лучше не доесть, чем переесть. Лучше закончить выступление раньше, чем все уснут. Лучше уйти с вечеринки до того, как принесут домой ваше бесчувственное тело. Не делайте приторной вашу жизнь, пересоленной и переперченной. Лучше где-то промолчать и не договорить, чем выговориться и наболтать лишнее.

****Закон стадности.**** Люди – коллективные индивиды. Конечно, есть и отшельники, и монахи, и инки, но мы не о них. 15 тонн две лошади в одной упряжке могут сдвинуть с места, тогда как поодиночке и 3 тонны не осилят. Ищите напарника, пару, родственную душу, создавайте семьи, коллективы и группы поддержки. ****Держитесь вместе, живите одними идеями и тогда результат будет более эффективным.****

****Закон дат и четкого времени.**** Завтра, это чего не существует!!! ****Завтра никогда не наступает, а вот 5 сентября или 21 августа – да.**** Не говорите «начну с завтрашнего дня», а посмотрите в календарь и назовите конкретную дату. Таким образом, ваше желание начать что-то станет реальностью, а в противном случае оно затормозится до следующего «завтра».

****Закон стопора.**** Нельзя выжать из себя то, чего там не осталось, например сил. Вы сделали 10 подходов на жим по 40 раз. Очень много! Но хотите сделать еще столько же. Не напрягайте себя, ваш организм не способен это сделать. Конечно, есть множество практик, которые включат резервы, введут вас в гипноз или транс, и вы сможете прыгнуть выше головы. Но зачем? ****Мы тут говорим про обычную жизнь и ваши стандартные умения. Не пилите себя за то, что установили планку и не допрыгнули до нее. Это просто не ваша планка.**** Вашему телу еще нужно выработать молочную кислоту, потом разогнать ее по крови и укрепить мышечную массу. Вы отдыхайте, организм закончит сам то, что вы сделали. Кстати с мозгом так же. Дайте ему отдохнуть, а не заставляйте работать тогда, когда он итак за день устал. Вы столько всего в него вбросили за день и все эти «куски» ему нужно разобрать, разместить на полочки и убрать пыль. Мозг за ночь отдохнет и выдаст вам ответ, который вы из него выжимали вечером.

****Закон не идеальности.**** Нет идеалов! ****И вы тоже совсем не идеал. Лучше враг хорошего.****Перестаньте наводить дома стерильную чистоту, отключите комплекс «отличницы», не ругайте себя на ошибки. Ваше лицо ассиметрично, как и уши, грудь и другие части тела. Именно не идеальность вас делает притягательным. Когда-то ученые провели эксперимент. Они опросили сто мужчин о красоте женщин. Каждый указал, какая часть тела более привлекательна, а на выбор давали топ самых красивых женщин планеты. Обобщили данные и в фотошопе создали идеальную женщину. Затем добавили ее фото в стопку топовских красавиц и попросили других сто мужчин, выбрать самую красивую. И что бы вы думали? Идеальную почти никто не выбрала.

****Закон выборочности.**** Если вы успешная бизнес-леди и проводите на работе 24 часа в сутки, то вы априори не можете быть замечательной женой и исключительной мамой. ****Где-то чем-то или кем-то нужно жертвовать.**** Профессор математики ужасный маляр. Отличный хирург отвратительный певец. Прекрасная балерина – плохой кулинар. Если в чем-то человек достиг триумфа, то в чем-то другом у него явно недобор. Надо выбирать где стать молодцом, а где «и ток сойдет».

****Закон влияния социума.**** Как бы вы не петляли, что мол, не зависите от чужого мнения – зависите. ****Социум давит, разрушает, заставляет и лепит из вас подобного.**** Кто-то решил, что эталон это 90/60/90 и вы к нему неосознанно стремитесь. Все худеют и вы тоже. А то, что у вас генетика пышки, а ваши формы Рубенс бы боготворил – в не поля вашего понимания и внимания. Даже если вы сами весите 100 килограмм, но увидев такую же красавицу, которую нежно целует парень со спортивной фигурой, подумаете, что она этого не заслуживает. ****Социум формирует вас ежесекундно, хотите вы этого или нет.**** Вы чаще превращаетесь в тех, кто вас окружает, и гораздо реже превращаете окружение в себя.

****Закон минимума и максимума.**** Выдающиеся люди, лидеры, гении и просто талантливые люди никогда не попадут в серединку к ним отношений. К ним не будут относиться равнодушно, их либо будут любить, либо ненавидеть. ****Ярких людей невозможно не заметить или проигнорировать.****Таких людей не забывают, о них думают, кто-то с восхищением, а кто-то с завистью. Если вам посчастливилось быть яркой творческой натурой, то не принимайте близко к сердцу, что соседка с третьего этажа брызжет в вашу сторону ядом. Если у вас нет врагов, то вы не состоялись.

****Закон общего прошлого.**** Почему вы так любите одноклассников, однокурсников и ребят со двора? Потому что у вас с ними общее счастливое детство, юность и молодость. Они когда-то попали в вашу жизнь, а теперь навсегда останутся в памяти. Лучше друзья появляются в лучшие годы. И не потому, что друг познается в счастье, а потому что вы были тогда счастливы и любите туда возвращаться. Чем старше становится человек, тем реже он встречает новых друзей. Окружение не станет хуже, просто у вас с ними нет себя молодого и счастливого. А бывает, когда вас с человеком связывает память о плохом событии. Этот человек может быть в миллион раз лучше вашего дебошира-однокашки, но он так и не станет вашим другом.

****Закон отсекания.**** ****Не ваши люди обязательно исчезнут из вашей жизни.**** Но только не надо торопить события. Отсекание само произойдет, постепенно, своевременно, а главное безболезненно. Если вы к кому-то прикипели, но знаете, что это не ваш человек – не вырывайте его с мясом из вашей жизни. Придет время, и он сам завянет, отсохнет и отвалится.

****Закон воображения.**** Сначала вы должны ****увидеть процветание в вашем воображении.**** Сделайте описание своего идеального дня и не показывайте его никому, кроме того, кому доверяете. Храните это описание где-нибудь под рукой, и в свободное время перечитайте его.

****Закон творчества.**** Человек может достигнуть процветания посредством энергии своего мышления, интуиции и воображения.

****Закон воздаяния и получения.**** Если вы отдаете что-то, то это возвращается в десятикратном размере. ****Когда вы получаете блага, очень важно делиться им с окружающими.**** Если у вас – дар, и вы не используете его, то оскорбляете вашу Божественную сущность. Чтобы с должной почтительностью относиться к своим способностям, вы должны радоваться дарам и разделять их с другими. Если вы делаете это, вы привлекаете еще больше благ в свою жизнь.

****Закон десятины.**** Вселенная всегда возьмет свою десятину. Это просто закон благодарности источника поддержки – 10% от всего, что вы имеете. Вы никогда не знаете, как ваша десятина вернется к вам. Деньги – обычное явление. Но она также может прийти в виде примирения с кем-то, с новыми дружескими отношениями, в виде выздоровления и т.д.

****Закон всепрощения.**** Если вы не можете прощать людей, вы не можете принимать свое богатство. Если ваша душа заполнена ненавистью, любовь не может найти в ней себе места. Вы должны избавиться от негативных чувств, которые пожирают вас и не дают