

Синдром "хронического позитивного выгорания"



Любителям и ярким последователям позитивного мышления посвящается! Если вы один из тех, кто не мыслит себя без саморазвития и личностного роста, неуютно себя чувствует, если забыл поставить цели на месяц, и отдал на заклятие успеха свою жизнь, то этот мини-тест опросник для вас.

Итак, вам пора остановиться и заняться более приземленными вещами, если:

1. Каждое предложение, повторенное кем-либо более одного раза, считаете аффирмацией.
2. Не верите в эффективность аффирмаций, но продолжаете их использовать.
3. Верите в эффективность аффирмаций, но так и не нашли время для их использования.
4. Заходя в книжный магазин, не уходите, пока не пролистаете все книжки с полки "Психология".
5. После каждого похода в книжный магазин, ваша библиотека пополняется 2-3 книжками со словами "психология", "успех", "цель", "богатство", "деньги" в названии.
6. Читали все книги по психологии, которые выходили за последние 50 лет.
7. Не можете удержаться, чтобы не купить книжку из серии "Помоги себе сам".
8. После прочтения очередной книжки, говорите "Старо, я это уже где-то читал".
9. Подписаны на 30-40 рассылок по этой теме.
10. Когда "случайно" находите еще одну рассылку, не выходите из интернета, пока не изучите весь ее архив.
11. Все блоги на эту тему находятся в вашей RSS-ленте.
12. Знаете, чем медитация отличается от релаксации, а тренинг от семинара.
13. Знаете около 70 различных способов медитации.
14. Помните наизусть 53 мантры.
15. Сами придумываете мантры на досуге
16. В транспорте повторяете про себя аффирмации или мантры, чтобы не терять зря время.

17. Не можете найти время для медитации, потому что вам нужно прочитать еще одну книжку.
18. Выполняете рекомендации одновременно из 5 разных книг и ни одно упражнение не доводите до конца.
19. Можете спросонья перечислить пару сотен авторов, пишущих на эти темы.
20. Читали всех этих авторов.
21. По 2 раза перечитали все книги Курпатова и Синельникова.
22. Были на шоу у Курпатова.
23. Были на шоу у Курпатова в качестве участника, а не зрителя.
24. "Малахов +" - отличная передача!
25. Боковым зрением замечаете все объявления на столбах, которые приглашают на очередной тренинг по личностному росту.
26. Вы обязательно идете на этот тренинг.
27. Если у вас нет денег на тренинг, вы их занимаете.
28. После каждого тренинга думаете, что и сами могли бы провести такой же и даже лучше.
29. Если б были деньги, поехали бы в Тибет по стопам Норбекова.
30. Ненавидите Норбекова за его излишне хамский стиль.
31. Несмотря на это купили и прочитали все его книги.
32. У вас в компьютере скопилось электронных версий книг по теме психологии, успеха и саморазвития на пару гигабайт.
33. Это только те, что вы еще не успели прочитать.
34. Вы купили книгу по тайм-менеджменту, чтобы успеть прочитать все эти книги.
35. У вас нет времени прочитать эту книгу.
36. Книга по скорочтению также никогда не будет вами прочитана, несмотря на то, что лежит на видном месте уже не первый месяц.
37. Вы читали Фрейда и Юнга в подлиннике.
38. Адлер, Берн, Эриксон и Сатир для вас не просто иностранные фамилии.

39. В любом действии окружающих вы легко находите скрытую сексуальную подоплеку.
40. Для вас нож - не просто нож, а фаллический символ. И зонт тоже.
41. Про шерстяную муфточку я вообще промолчу.
42. Вы общаетесь со своим подсознанием также как с обычным человеком.
43. Ваше подсознание отвечает вам на любой вопрос. Даже тот, что вы ему не задавали.
44. Иногда вы не можете определить, это подсознание вам ответило или кто-то из окружающих.
45. Считаете, что интуиция - ваш лучший советчик.
46. При этом никогда не следовали зову интуиции.
47. Знаете все о постановке целей, но у вас нет цели поставить цели. <http://suxxessology.com/goals.html>
48. Вы записываете цели на бумагу каждый месяц.
49. Вы ставите цели даже во сне.
50. Просыпаетесь в 3 ночи, чтобы записать еще одну цель на листок.
51. Вы можете интерпретировать сны по Фрейду, по картам Таро, по православному и языческому сонникам.
52. Вы не можете уснуть, если перед сном не выполнили какую-нибудь технику.
53. Все ваши сны вещие.
54. Вы занимаетесь осознанными сновидениями уже 15 лет.
55. Бывает, что вы путаете осознанный сон с реальностью. (А кто не путает?)
56. У вас иногда возникает желание не просыпаться из осознанного сна.
57. Знаете, что такое уровни сознания и даже на каком из них вы находитесь.
58. Вы считаете, что еще чуть-чуть и достигнете уровня сознания Будды.
59. Не раз бывали на спиритических сеансах.

60. Разговаривали на таких сеансах не только с умершими родственниками, но и Гитлером и Сталиным.
61. Верите в загробную жизнь и готовитесь к ней.
62. Испытывали внетелесный опыт.
63. Готовы научить его испытывать любого желающего.
64. Считаете всех экстрасенсов, народных целителей и знахарей шарлатанами.
65. Когда возникает проблема, пользуетесь их услугами.
66. Уверены, что у вас есть скрытые экстрасенсорные способности.
67. Не просто уверены, а даже можете продемонстрировать парочку таких способностей.
68. Вместо зарядки по утрам вы занимаетесь йогой или холотропным дыханием.
69. Вы знаете, как дышать правильно, но никогда так не дышите.
70. Вы визуализируете по 30 минут утром и вечером.
71. С удовольствием визуализируете, как шеф ломает ногу, чтобы отдохнуть от него хоть несколько месяцев.
72. Еще ни одна ваша визуализация не воплотилась в жизнь.
73. Смотрели фильм "Секрет" (<http://Suxxessology.com/sites/secret.html>) 10 раз.
74. Планируете посмотреть еще столько же раз.
75. Ждете сиквел и приквел фильма "Секрет". Даже написали продюсеру об этом.
76. Вы свято верите в Закон Притяжения.
77. Несмотря на это, склонны ярко представлять себе картины надвигающейся угрозы и пребывать в плохом настроении.
78. Вера в Закон Притяжение не мешает вам с большим удовольствием смотреть "Дежурную часть", "ЧП" и репортажи о терактах.
79. Вы искренне верите, что все будет хорошо, но готовитесь к худшему.
80. Знаете всё о позитивном мышлении, но любите сплетничать, жаловаться на начальника и государство и представлять всё в негативном свете.

81. Настолько озабочены поиском смысла жизни, что для вас это стало смыслом жизни.
82. Вы готовы предать анафеме и обматерить каждого, кто не питает любви к ближнему своему. Особенно, если этот ближний - вы.
83. Утверждаете, что благосклонно относитесь к критике в свой адрес, но критикующего готовы закопать. Как словесно, так и натуральным образом.
84. Очищаете свою карму каждый месяц.
85. Если случается неприятность, вините себя, что плохо чистили карму.
86. Чувствуете себя виноватым, если забываете вовремя почистить карму.
87. Не чистить карму - хуже, чем не чистить зубы.
88. Вы знаете, где находятся чакры и что с ними делать.
89. Работа с чакрами для вас такая же рутина, как ежедневное мытье посуды.
90. Вы легко управляетесь с энергией Ци, но давно забыли, зачем это делается.
91. Рейки и Цигун, по вашему мнению, должны преподаваться в школе.
92. Уже направили законопроект об этом в Госдуму.
93. Феншуй для вас не матерное слово.
94. Считаете профаном каждого, кто не разбирается в феншуй.
95. Если какое-то помещение не соответствует канонам феншуй, то вы себя неуютно в нем чувствуете.
96. Считаете, что архитекторы должны в обязательном порядке обучаться феншую.
97. Если вы встали с кровати не по феншуй, то предпочитаете не идти на работу.
98. Вы чистите зубы по феншуй. И в туалет ходите также.
99. Вы жалеете, что выбрали мужа (жену) не по феншуй - проблем было бы меньше.

Чтобы не стать таким зомбированным фанатом, читайте правильную рассылку, которая находится здесь <http://Suxsessology.com>

Copyright © 2007 Айнуp Сафин

<http://Suxsessology.com>