

Не бойтесь мечтать!



Под Новый год и Рождество чудесным образом просыпаются забытые надежды и рождаются новые... В волшебно-праздничной атмосфере загадываются самые смелые и дерзкие желания... Под романтической елкой незримо присутствует Ее Величество Мечта...

Лучше всего мечтается в юности. Мы грезим о любви, счастье и светлом будущем. Но затем приходит пора взросления, осознания реальности, понимания всей сложности жизни. Плохо, если взросление запаздывает, и человек надолго остается во власти инфантильных фантазий. Не лучше, если наши мечты становятся приземленными, не затрагивают душу, не вызывают радостных и светлых эмоций. И уж вовсе безнадежно, если мы запрещаем себе надеяться на лучшее, чтобы избежать болезненных разочарований...

«Бедный человек не тот, у которого нет ни гроша в кармане, а тот, у которого нет мечты». Сократ

Непростая жизнь, череда несбывшихся планов, туманное и тревожное будущее страны напрочь отбивают у многих не только желание, но и саму способность мечтать. Некоторые родители в стремлении оградить своих детей от крушения иллюзий фактически отнимают у них право на мечту. А ведь мечты украшают нашу жизнь, расцвечивают ее яркими красками, придают сил жить и бороться. Красивое страстное желание становится фактом нашей биографии, и со временем мы вспоминаем не только о том, что с нами произошло, но и о том, во что верилось и о чем мечталось.

Мечта — это сладковатая пикантная приправа, которая украшает наше существование и смягчает горечь жизненных реалий. Если исключить ее полностью, жизнь будет пресной и скучной. Если подобной «приправы» передать, то житейский коктейль станет невкусным и даже несъедобным.

Наши мечты — это нечто особенное, личное, интимное... Мы оберегаем их от посторонних, очень осторожно поверяем только самым близким людям, лелеем как самую дорогую тайну. Мы оберегаем наши сокровенные желания от насмешек, критики и посторонних суждений, что не мешает задуматься о том, чего мы хотим, к чему стремимся, зачем нам это надо.

Скажи, о чем ты мечтаешь, и я скажу, каков ты на самом деле

О чем же мечтают люди? О простых и даже приземленных вещах, связанных с достатком и комфортной жизнью. О саморазвитии и пу-

тешествиях. О личном счастье и судьбе детей. О здоровье для себя и близких. О развитии и благоденствии родного города или села, Родины, всего человечества...

Одна крайность — это сказочные детские фантазии, юношеские грезы, самообман незрелой личности, а другая — сухое планирование.

Не путайте мечту с:

- завистью (пусть у меня будет то же, что у других);
- несбыточными желаниями (строим воздушные замки);
- фантазиями (причудливая игра воображения);
- туманными грезами (хочу то, не знаю что);
- сказками для взрослых (тысяча первый вариант Золушки);
- сюжетами из романов и мыльных опер (оставим их на совести писателей и сценаристов);
- бредом сумасшедшего (осчастливленное человечество, власть над Вселенной).

И точно так же не будем путать мечту с:

- житейскими планами;
- прагматическими расчетами;
- стратегическим планированием;
- инструментом достижения желаемого (новомодные визуализации, формулирование «послания во Вселенную» и пр.).

Несколько советов:

- Не бойтесь мечтать. Будьте смелы и безудержны в своем воображении. «Ощущайте» свою мечту, ярко представляйте ее, «пробуйте» на вкус и на цвет.
- Избегайте стандартных желаний и стереотипов. Мечтайте о своем, особенном, нужном именно вам.
- Оберегайте свою мечту от чужих влияний, критики и насмешек.
- Не стыдитесь мелких «бытовых» мечтаний, но не забывайте и о чем-то действительно важном и высоком.
- Не будьте рабом мечты. Не подчиняйте ей всю свою жизнь, чтобы не погибнуть под обломками разбитых иллюзий. Будьте готовы «отпустить» мечту, если вы ее переросли, если она утратила свою свежесть, устарела, перешла в категорию эфемерных иллюзий.



«Шутить с мечтой опасно; разбитая мечта может составить несчастье жизни; гоняясь за мечтой, можно прозевать жизнь или в порыве безумного воодушевления принести ее в жертву».
Д.И. Писарев

• Старайтесь, чтобы мечты не заслоняли от вас простые радости жизни. Опасайтесь откладывать жизнь «на потом» — на то время, когда сбудутся ваши

чаяния и надежды.

«Все мы мечтаем о каком-то волшебном саде роз, который находится за горизонтом, вместо того, чтобы наслаждаться розами, которые цветут прямо за нашим окном». **Дейл Карнеги**

- Верьте в то, что ваши мечты осуществляются. Делая жизненный выбор, старайтесь, чтобы он не противоречил самым главным вашим устремлениям. Пусть каждый поступок, каждое действие станет еще одним шагом на пути к вашей цели.
- И в то же время не жалеете о несбывшихся мечтах, воспринимайте их как одну из вех вашего жизненного пути — «и это тоже было в моей жизни».

«Есть две трагедии в жизни человека: одна — когда его мечта не сбывается, другая — когда она уже сбылась».

Бернард Шоу

- Будьте готовы к разочарованиям: сбывшаяся мечта редко дарит счастье в чистом виде. На поверку все может оказаться не так просто, с неожиданными проблемами и сложностями. И все равно мы будем мечтать!

«Уж если мечтать, так ни в чем себе не отказывая».

Данил Рудый

Но так ли важно заниматься самоанализом, препарировать собственное воображение, анализировать свои мечты, управлять своими фантазиями... Безусловно, ведь это поможет нам разобраться в себе, отбросить пропахшие нафталином грезы, очистить свои желания от прилипчивых стереотипов, лучше понять себя истинного...

Но единственное время, когда мы не будем этого делать, это под Новый год. В эту волшебную ночь мы позволим себе все — в мечтах. Мы не будем ограничивать себя ни в чем, отключим интеллект, анализ и осторожность... Вместо этого задействуем смелость, интуицию, воображение, авантюризм... И кто знает — может быть, высшие силы откликнутся на нашу безрассудную веру в чудо?

«Когда человек действительно хочет чего-то, вся Вселенная вступает в сговор, чтобы помочь этому человеку осуществить свою мечту». **Пауло Коэльо**

Мария Кириленко



ЦСПР
www.boiarka.cspr.info

Києво-Святошинський центр
соціально-психологічної
реабілітації населення

**Фотоконкурс
«Мисс Мефеноменальность»
продлен до 15 января 2017 года!**



**Мисс
Мефеноменальность**



Дорогие дамы — провизоры и фармацевты! Чтобы все желающие сотрудницы аптек успели принять участие в фотоконкурсе и получить поддержку при голосовании, организаторы фотоконкурса приняли решение его продлить.

Талисман конкурса — препарат Мефенаминка! Фотографии участниц размещаются на сайте fp.com.ua, где по итогам онлайн-голосования будут определены 3 финалистки конкурса*. Лидеров голосования ждут призы:

- I место — НЕЗАБЫВАЕМЫЙ УИК-ЭНД В БУДАПЕШТЕ на двоих
- II место — блендер PHILIPS
- III место — мультиварка PANASONIC

Самые креативные фото, по мнению отдела маркетинга Фармацевтической фирмы «Дарница», будут отмечены поощрительными призами — теплыми комфортными «мефеноменальными» жилетками с вышивкой.

Ознакомиться с правилами участия в конкурсе можно в журнале «Фармацевт Практик» № 10, 2016 и на странице [http://fp.com.ua/fotokonkurs/](http://fp.com.ua/fotokonkurs/**).**

Голосуйте за понравившиеся кандидатуры!

* Исчерпывающая информация о конкурсе (условия, сроки проведения, победители) размещается в печатной версии журнала «Фармацевт Практик» и на сайте <http://fp.com.ua/fotokonkurs/>

** Предоставляя данные о себе, участница конкурса соглашается, что они будут включены в базы данных ООО «Фармацевт Практик» для хранения, обработки и использования в маркетинговых целях, а также с тем, что фотография, имя, название аптечного учреждения и города будут размещены в открытом доступе на сайте fp.com.ua. Телефон и e-mail будут использованы организаторами конкурса только для контакта с участницей конкурса. Организаторы конкурса соблюдают полную конфиденциальность в отношении контактных данных и не передают их третьим лицам. РС. МЗ Украины № UA/14487/01/01. Информация предназначена исключительно для размещения в специализированных изданиях, предназначенных для медицинских учреждений и докторов.