

# Советы психолога Натальи Грейс



Уже тот, кто произносит слово "лень" и говорит: - Я ленивый! - тем самым проклинает себя и все свои возможности, поскольку лень - это рак воли.

Кому придет в голову хвастаться тем, что у него рак? А ведь духовный рак куда хуже физического.



## **ЗАКОН КОМПЕНСАЦИИ**

Если в чём-то одном человек достиг существенных успехов, то в другом у него обычно бывает недобор. Но человек ценен не столько отсутствием пороков, сколько наличием достоинств.



## ЗАКОН ВЛИЯНИЯ

Окружение влияет на многое, если не на всё. Мы превращаемся в тех, кто рядом с нами, и гораздо реже превращаем окружающих в себя.

A close-up photograph of a person's hands holding two large, red, glittery Christmas ornaments. The background is a dark, solid red color. The person's face is partially visible in the upper left, but out of focus. The overall mood is festive and warm.

## ЗАКОН ЛОЖНОЙ ДОБРОТЫ

Нам только кажется, что мы помогаем, решая чужие проблемы. Мы усугубляем их. Когда мы силком тащим алкоголика лечиться, то лишь продлеваем его агонию и тратим собственное время. Он запьёт снова, а мы станем считать его неблагодарной свиньёй, вместо того, чтобы спросить себя, стоит ли вообще метать жемчуг. Человек должен решить свои проблемы САМ. Он вырастает по мере того, как вырастет его арсенал решения проблем.



## **ЗАКОН ПРЕДЛОЖЕНИЯ**

Предложения делают неспроста. Судьба таким образом часто проявляет о нас заботу.



## ЗАКОН ПОЛОВИНОК

Любую картину мира, любое дело можно символически разделить на половинки, которые взаимно дополняют друг друга. Половинки можно назвать начальными и конечными. Задать тон начальной половине ещё возможно, а вот если она материализовалась, то конечная половина начинает «дорисовываться» словно сама собою. В этом и суть управления ситуацией. Вы можете задавать начальную половинку, чтобы получить желаемый конечный результат.

A close-up photograph of a hand holding a bowl filled with various colorful gummy candies. The candies are in shades of green, yellow, orange, red, and purple. A silver paperclip is attached to the left edge of a white, torn-edge paper overlay on the right side of the image.

## ЗАКОН ПОКАЗАТЕЛЬНОСТИ МЕЛОЧЕЙ

Как человек проявляет себя в мелочах – таков он и есть! Он может быть щедр по-царски, но раз в году, а мелочная натура проявляется в мелочах ежедневно, поэтому мелочи куда более показательны.



## **ЗАКОН ПРИВЯЗКИ МЫСЛЕЙ К БЛИЖНЕМУ**

Человек, который находится поблизости от нас, заставляет думать о себе, даже если он нам не интересен. В этом опасность близости **НИКЧЁМНЫХ** людей.



## **ЗАКОН НЕИЗБЕЖНОСТИ ПОТЕРЬ**

Потери - неизбежны, господа! Зная это, не следует огорчаться слишком сильно. На многое, но не на всё мы можем повлиять. Есть общие законы мироздания. Мы не можем быть идеальными, и наши действия - тоже. Неизбежность потерь принимайте со смирением. Пожалуй, оно нужно только здесь.



## **ЗАКОН ПРАВИЛЬНЫХ ПОСТУПКОВ**

Если человек поступает правильно, то его дела идут с каждым днём всё лучше и лучше.

## ЗАКОН ЗАРОДЫШЕЙ

Все неблагоприятные явления и события нужно распознавать в зародыше. Зародыши всего дурного нужно уничтожать. Если какое-то жизненное явление Вам не по душе - устраните его зародыш. Гораздо проще растопить снежинку, чем остановить снежный ком.

A young child with brown hair and blue eyes is shown from the chest up. Their face is decorated with colorful paint strokes in yellow, red, and blue. Their hands are also painted with various colors like green, blue, red, and yellow. The child is looking upwards and to the right with a slight smile. The background is blurred, showing more of the same colorful paint theme.

## ЗАКОН ПОЛЯРНОЙ РЕАКЦИИ НА ТАЛАНТ

Талантливые люди всегда вызывают полярные реакции: либо восторг, либо ненависть. Их невозможно воспринимать равнодушно. Их невозможно не заметить, игнорировать. Их невозможно забыть. Их помнят, их любят, их ненавидят, о них думают, им завидуют. Поэтому, если вы талантливы, то не надейтесь на всеобщее одобрение. Враги будут уже потому, что не все таланты достались им.

A hand holding a red strawberry is visible in the upper right corner. A red alarm clock is on the left side. A white paper with text is pinned to the background with a yellow paperclip.

## ЗАКОН ВОЛШЕБНОГО СЛОВА

Я обнаружила интересный феномен. Когда человек аргументированно отказывается, то его самооценка повышается, возрастает уважение к себе. Люди боятся отказывать. А знаете почему? Они боятся не понравиться! А всем не угодишь. Учитесь переживать спокойно чужие негативные эмоции по поводу Вашего отказа. Если сразу сказать «НЕТ», то аргументировать отказ уже будет легче. Отказывайте легко.



## **ЗАКОН ЛОЖНОСТИ ИДЕАЛЬНЫХ УСЛОВИЙ**

Никогда не будет идеальных условий. Глупо, конечно же, отрицать, что благоприятные обстоятельства изредка случаются. Ещё реже кому-то хватает мудрости воспользоваться ими. Отчасти потому, что возможности скрываются под личиной проблем, которые нужно решать.

A woman with blonde hair, wearing a dark business suit jacket over a light-colored top, is shown from the chest up. She has a wide, joyful smile and her eyes are squinted. Her right arm is raised, with her fist clenched in a celebratory gesture. The background is a plain, light-colored wall. In the foreground, there is a white, torn-edge paper graphic with a paperclip on the left side, containing text in Russian.

**ЗАКОН  
ОДНАЖДЫ  
НАЛАЖЕННОГО**

Однажды налаженное  
отлично работает!



## ЗАКОН ОБНУЛЕНИЯ

Мозгу необходимо обнуление. Мозг не может бесперебойно выполнять ваши распоряжения. С собой ему тоже необходимо заняться. Должен же он навести порядок во всех тех ошметках, что вы в него понакидали. В это время нужно отсутствие всякой информации извне. Мозг «очищается» в это время. Это и есть обнуление.



## ЗАКОН ОБЩЕЙ УПРЯЖКИ

Две лошади в одной упряжке в состоянии сдвинуть с места 15 тонн. А вот каждая из них по отдельности – только 3 тонны. Впрягайтесь в дела не меньше, чем по двое, – и будете эффективны. «Нитка, втрое скрученная, не скоро порвётся».

A woman with long brown hair, wearing a white sleeveless top and shorts, stands on a beach looking down at her hands. In the background, a man in a dark suit stands with his back to the camera, looking out at the ocean. The scene is set on a sandy beach with waves crashing against the shore. A white paper with a paperclip is overlaid on the image, containing text.

**ЗАКОН «НЕ ТВОИ ЛЮДИ»**

Не твои люди всё равно  
от тебя уйдут.



## ЛУЧШЕ НЕДО- , ЧЕМ ПЕРЕ-

Это касается абсолютно всего. Например, если произносите речь, то закончите её до того, как люди устанут. Гёте говорил: «Тайна скучного заключается в том, чтобы сказать всё». Пошли на свидание - проститесь чуть раньше, чем это захочет сделать Ваш партнёр. Уходите из гостей прежде, чем они затоскуют по одиночеству. Помните: лучше недо-, чем пере-...