

Тренинг «Справляемся с трудностями сами»

Самая высшая ценность – жизнь. Прекрасен жизненный путь человека. У каждого человека своя судьба. Но как порой непросто складывается она у каждого из нас. Древние греки считали, что человек проживает 15 жизней, «В 15 реку жизни не войдешь дважды»,— говорили они. «Каждому — свое»,— утверждали в Риме. «Каждый неповторим и уникален»,— говорим мы сейчас. Определить свой собственный путь, найти свою судьбу, создать себя для жизни, борьбы, труда, творчества и любви предстоит каждому из нас.

Часто мы несем по жизни глубоко припрятанную обиду на самых близких нам людей: отца, мать, любимого человека, учителя, друга... Закройте глаза и представьте человека, который когда-то волей или неволей обидел вас... Вспомните те слова, действия или молчание, бездействие, которые больно ранили вас, задели самые тонкие струны вашей души...

