**210628**

**Өкінішсіз өмір сүрудің 4 тәсілі**

**«*Себебі Ол мынадай сөздерді айтқан: Мен мейірім көрсететін кезімде саған құлақ салдым, халқымды құтқаратын күнім келгенде сені қамқорладым. Тыңдаңдар: Оның мейірім көрсететін кезі осы, құтқаратын күні, міне, бүгін!»***

***(Қорынттықт. 2-хат 6:2)***

Ағылшындық уағыздаушы Чарльз Сперджен өлім алдында жатқан кезде: «Егер сіз өміріңіздің соңында, қозғала алмай, тыныш жатуға мәжбүр болған кезіңізде, ойларыңыз тек өкінішке толы болғанын қаламасаңыз, мүмкіндігіңізше мұны өзгертуге жұмыс жасаңыз. Егер сіз өлім алдында жатқан төсегіңізді мүмкіндігінше жұмсақ еткіңіз келсе, оны әлі денсаулығыңыз күшті болған кезде істемеген, босқа өткізген уақытыңыз туралы қайғылы ойлармен толтырмаңыз» - деп айтқан еді. Әрине, өлім алдында қандай да бір өкініштер міндетті түрде болады. Мәселен, енді сіз енді биік тауға көтеріле алмайсыз, терең көлде жүзе алмайсыз, бір уақытта екі баспалдақтан өтіп секіре алмайсыз немесе жайлауда жүгіре алмайсыз.

Бірақ бұл Спердженнің айтқысы келген сөздері емес. Оның айтқысы келгені – өміріңіздің аяқталуы жақын болған кезде, өміріңізге қарап, содан кейін сіздің дұрыс емес жолға түсіп, көптеген жылдарыңызды босқа өткізгеніңізді түсініп, өкініп қалмау керек.

Сондықтан, өкінішсіз өмір сүруді қамтамасыз етуге көмектесе алатын келесі төрт нұсқаулықты тыңдап көріңіз.

1-нұсқаулық: Істегіңіз келген нәрсені дәл қазір жасаңыз. Қандай да бір хоббиді немесе саяхатты бастау үшін, немесе үйді жөндеумен айналысу үшін, немесе шкафтағы кішкентай қорапта сақтап қойған, бұрынғы қыз досыңызға жазған хаттарыңызды реттеу үшін ыңғайлы уақытты іздемеңіз. Бұның бәрін істеу үшін белгілі бір жағдайды немесе жасты, немесе уақытты күтпеңіз. Мен сондай-ақ сізге жауларыңызбен татуласып, реніш, ашу-ыза сияқты жаман эмоциялардан арылуыңызды ұсынамын.