

Od smerfa marudy

Jeśli ciągle masz jakieś "ale" i nie potrafisz polubić siebie i swojego życia, poczytaj sobie przez chwilę, a może poczujesz się lepiej.

Zacznę od cytatu Carlosa Castenada:

"The trick is in what one emphasizes. We either make ourselves miserable, or we make ourselves happy. The amount of work is the same."

Co w tłumaczeniu oznacza:

Sztuka polega na tym, na co kładziemy nacisk. Albo doprowadzimy się do smutku, albo się uszczęśliwimy. Nakład pracy jest dokładnie taki sam.

Właściwie tu mógłbym zakończyć, ponieważ słowa te z pewnością oddziałują na nas i dają do myślenia, ale ja sobie jeszcze popiszę.

Sam zwykłem nadto zamartwiać się wieloma rzeczami. Zamartwianie się, to najgorsza forma spędzania czasu, bowiem nie daje żadnych korzyści, psuje humor, a na dodatek jeszcze wyraźnie męczy. Gdyby chociaż kawałek tego czasu poświęcić na rzeczowe podejście do najmniejszej sprawy jaka nas dotyka, moglibyśmy rozwiązać sobie jakiś mały problemik - zawsze to coś.

Jako doświadczony maruda, wiem, że po okresie zrządzenia we własnym wnętrzu następują czasem wielkie zrywy, które zazwyczaj kończą się niepowodzeniem. Za dużo na raz, za szybko się chce itd. Praca nad sobą, to przede wszystkim nauka radzenia sobie z porażkami, które nie mogą nas zrażać. W takich chwilach powinniśmy powiedzieć sobie: "To nic, podnoszę się i idę dalej, bo mam dość narzekania!"

Autor: leniwiec

Przedruk ze strony: <http://www.wakacje-festiwale.com/?p=244>

Artykuł pobrano ze strony eioba.pl