

Savjeti koje bi bilo dobro poslušati

Autor Administrator

Dugo nije bilo ništa od prijatelja, a sada evo odjednom ništa manje od trideset savjeta koje bi bilo mudro poslušati. (...) činjenica je da se ne možemo vratiti unatrag kroz vrijeme i promijeniti određene stvari. Također, možda ne možemo previše utjecati na stvari koje nam se događaju i koje će nam se dogoditi, ali možemo odabrati način na koji ćemo na njih reagirati. Svaki dan nam nudi novi početak. Prije nego što počnete mijenjati svoj život, trebali bi dignuti ruke od svega što vas zadržava i krenuti naprijed.

1. Prestanite

trošiti vrijeme na pogrešne ljude – život je prekratak da biste vrijeme provodili s ljudima koji iz vas "isjavaju" sreću. Neki su ljudi ovisni o crpljenju vaše energije kako bi se oni osjećali bolje. Ako vas netko želi u svom životu, neka vam napravi mjesta. Nemojte se truditi oko onih koji konstantno podcjenjuju vašu vrijednost. Ne zaboravite da su pravi prijatelji uz vas kada se osjećate najgore, a ne kada ste u svom najboljem izdanju.

2. Ne

bježite od problema – suočite se s njima. Znamo da to nije lako. Rješavanje problema nije lako. Oni nas čine nervoznima, tužnima, povrijeđenima, zabrinutima. Ipak, suočavanje s problemima, prilagođavanje i rješavanje je proces učenja i oni nas formiraju u osobe kakve jesmo. Pokušajte svaki problem gledati kao priliku za učenje, sazrijevanje i napredak.

3. Ne

lažite sebe – čak i ako lažete cijelom svijetu, nemojte sebi. Naš životi se mijenjaju nabolje ako riskiramo, a prvi i najteži rizik je da budemo iskreni prema sebi.

4. Ne

stavljajte uvijek sebe u drugi plan – u ljubavnom odnosu je najbolnije kada osoba izgubi sebe jer previše voli nekog drugog i tako zaboravi da je i ona posebna. Da, pomozite drugima, ali i sebi. Ako se nađete u situaciji u kojoj bi trebalo pratiti svoje želje i učiniti nešto što vam je važno, ne oklijevajte.

5. Nemojte

pokušavati biti nešto što niste – jedan od najvećih izazova u životu je da budemo svoji u svijetu u kojem od nas stalno očekuju da budemo kao svi drugi. Netko će uvijek biti ljepši od vas, netko pametniji, a netko mlađi, ali nikada nitko neće biti vi. Nemojte se mijenjati samo da bi vas drugi ljudi zavoljeli. Budite ono što jeste i pravi ljudi će zavoljeti pravog vas.

6. Ne

živite u prošlosti – ne možete započeti novo poglavlje u

životu, ako neprestano èitate prethodno.

7. Ne

plašite se pogriješiti - raditi i griješiti je bar deset puta produktivnije nego ne raditi ništa. Svaki uspjeh ostavlja trag neuspjeha za sobom.

8. Ne

grizite se zbog starih pogrešaka - moguæe je da volimo pogrešnu osobu i plaðemo zbog loših stvari iz prošlosti, ali sigurno je da nam pogreške pomažu da pronaðemo ljude i stvari koje su dobre za nas. Bilo što da nam se dogodilo u životu nas je pripremalo na trenutak koji tek treba doæi.

9. Ne

pokušavajte kupiti sreæu - mnoge stvari koje želimo su skupe. A sve ono što nas istinski zadovoljava je zapravo besplatno. Ljubav, smijeh i posao koji nas ispunjavaju zadovoljstvom.

10. Ne

tražite stalno sreæu u drugima - ako niste zadovoljni sami sobom, neæete biti zadovoljni ni odnosom s drugima. Trebalo bi stabilizirati svoj život prije nego što ga podijelite s nekim.

11. Ne

razmišljajte previše - na naèin koji æe napraviti problem koji ne postoji. Procijenite situaciju i odluèeno reagirajte. Napredak zahtjeva rizik.

12. Ne

mislite da ste nespremni - nitko nije 100 posto spreman kada mu se ukaže prilika. Veæina sjajnih prilika nas natjera da izaðemo iz udobne i sigurne zone pa je logièno da nam u poèetku nije ugodno.

13. Ne

ulazite u veze iz pogrešnih razloga - bolje je biti sam, nego u lošem društvu. Ne žurite. Ako je nešto suðeno, dogodit æe se u pravo vrijeme, s pravom osobom i s najboljim moguæim razlogom. Zaljubite se kada ste spremni, ne kada ste usamljeni.

14. Prestanite

odbijati nove potencijalne veze samo zato što stare nisu uspjele - u životu uvijek postoji razlog zašto ste nekoga upoznali. Neki æe vas testirati, neki iskoristiti, a ima i onih koji æe vas nauèiti neèemu. Ipak, najvažnije je što postoje ljudi koji æe iz vas izvuæi najbolje.

15. Prestanite

se natjecati s ostalima - ne brinite o tome što drugi rade bolje od vas. Uspjeh je borba sa samim sobom.

16. Ne

budite ljubomorni na druge - zapitajte se :
 "Što ja to imam na èemu mi svi drugi zavide?" Iz tog osjeæaja nemojte razviti ponos, veæ samopoštovanje i zahvalnost.

17. Ne

jadikujte i ne sažaljevajte se – možda u datom trenutku ne razumijete zašto vam se nešto događa, i vjerojatno je vrlo teško. Ipak, sjetite se problema iz prošlosti. Često ćete primijetiti da su vas oni doveli na bolja mjesta, do boljih ljudi i situacija. Zato se osmijehnite. Dajte svima do znanja da ste danas jači nego jučer i – tako će i biti.

18. Prestanite

biti zlopamtilo – ne živite s mržnjom u srcu. Tako ćete sebe ozlijediti više nego ljude koje mrzite. Oproštaj nije kada kažete : "To što si mi uradio je u redu". Oproštaj je kada kažete : "Neću dopustiti da to što si mi uradio zauvijek uništi moju sreću."

19. Ne

spuštajte se na tuđu razinu – nemojte spuštati svoje kriterije da bi onima koji je ne žele uzdići bilo ugodnije.

20. Ne

gubite vrijeme pravdajući se drugima – vašim prijateljima to nije potrebno, a neprijatelji vam ionako neće povjerovati. Učinite ono za što u srcu osjećate da je ispravno.

21. Ne

radite stvari stalno iznova bez pauze – kada nemate vremena za duboko udahnuti, barem je trenutak da to učinite. Ponekad nam je potrebno da se odvojimo od onoga što radimo da bismo stvari vidjeli jasnije.

22. Prestanite

potcjenivati ljepotu sitnih trenutaka – uživajte u malim stvarima, jer ćete se možda jednog dana osvrnuti i shvatiti da su one bile velike.

23. Ne

pokušavajte stvari učiniti savršeno – pravi život ne nagrađuje perfekcionista, već one koji odrade što treba.

24. Ne

idite linijom manjeg otpora – kada riješite postići nešto veliko, to sigurno nije lako. Ne krećite lakim putem. Učinite nešto posebno.

25. Prestanite

se ponašati kao da je sve u redu, ako nije – u redu je da se na kratko dogodi "raspad sistema". Ne morate se uvijek pretvarati da ste jaki i dokazivati da je sve u redu. Ne bi vas trebalo zabrinjavati ono što drugi misle. Ako vam se plaće – plaćite.

26. Ne

krivite uvijek druge za svoje pogreške – kada druge krivite za vlastite pogreške, ne preuzimate odgovornost, pa samim tim ti drugi preuzimaju kontrolu nad vašim životom.

27. Ne

pokušavajte svima biti sve – ako to pokušate, izgorit ćete. Ipak, ako uspijete nasmijati jednu osobu, sve bi se moglo promijeniti. Zato se

fokusirajte.

28. Prekinite

toliko brinuti – to što brinete ne znaèi da æe sutrašnji dan biti lakši. Kako biste odluèili je li nešto vrijedno naše zabrinutosti postavite sebi pitanje : “Hoæe li ovo biti važno za godinu dana? Za tri godine? Pet? ” Ako je odgovor “ne”, onda nije vrijedno brige.

29. Ne

razmišlajte o onome što ne želite se dogodi – fokusirajte se na ono što želite. Ako se svako jutro probudite misleæi kako æe vam se nešto sjajno dogoditi tijekom dana i dobro obratite pažnju, èesto æete primijetiti da ste bili u pravu.

30. Prestanite

biti nezahvalni – bez obzira na to koliko vam je teško ili lijepo, svako jutro se probudite zahvalni na životu koji imate. Umjesto da mislite o stvarima koje nemate, sjetite se onoga što imate, a drugima toliko nedostaje.

Marc & Angel Chernoff