

EWELINA GOLBA

POZYTYWNY EGOISTA

**Pomyśl wreszcie o sobie,
bądź raz egoistą i zrób coś dla siebie!**



Ten ebook zawiera darmowy fragment publikacji "[Pozytywny egoista](#)"

Darmowa publikacja dostarczona przez
[Psychorada.pl](#)

Copyright by Złote Myśli & Ewelina Golba, rok 2011

Autor: Ewelina Golba
Tytuł: Pozytywny egoista

Data: 01.07.2012

Złote Myśli Sp. z o.o.
ul. Toszecka 102
44-117 Gliwice
www.zlotemysli.pl
email: kontakt@zlotemysli.pl

Niniejsza publikacja może być kopiowana, oraz dowolnie rozprowadzana tylko i wyłącznie w formie dostarczonej przez Wydawcę. Zabronione są jakiegokolwiek zmiany w zawartości publikacji bez pisemnej zgody Wydawcy. Zabrania się jej odsprzedaży, zgodnie z regulaminem Wydawnictwa Złote Myśli.

Autor oraz Wydawnictwo Złote Myśli dolożyli wszelkich starań, by zawarte w tej książce informacje były kompletne i rzetelne. Nie biorą jednak żadnej odpowiedzialności ani za ich wykorzystanie, ani za związane z tym ewentualne naruszenie praw patentowych lub autorskich. Autor oraz Wydawnictwo Złote Myśli nie ponoszą również żadnej odpowiedzialności za ewentualne szkody wynikłe z wykorzystania informacji zawartych w książce.

Wszelkie prawa zastrzeżone.
All rights reserved.

Spis treści

Przedmowa	7
Kim jest pozytywny egoista?.....	7
Moja rada na początek.....	9

CZĘŚĆ I.

Powrót do życia, czyli jak wyjść z kryzysu i zdobyć niezwykłą moc

Rozdział 1. Z altruizmem nie należy przesadzać	13
Masochizm mojego JA w skrócie	15
Rozdział 2. Jak na nowo zacząć żyć?	18
Metoda reaktywacji.....	18
Zasada 1. Przewróciło się? Niech leży!	19
Zasada 2. Wegetacja to rewelacja.....	21
Zasada 3. Pomyśl o sobie	22
Co dalej?	25
Rozdział 3. Doceń kryzys!.....	26
Rozdział 4. Nie szukaj winnych	31
Rozdział 5. Pozbądź się goryczy	34
Rozdział 6. Zamknij przeszłość	39
Rozdział 7. Utrwalenie oczyszczenia	42
Rozdział 8. Porzuć błędne przekonania.....	44

CZĘŚĆ II.

Odnaleźć siebie, czyli jak zrozumieć własne potrzeby i określić swój cel w życiu

Rozdział 9. Sabotujesz swoje szczęście?.....	51
Strach przed cierpieniem	52
Źródło naszego postępowania.....	54
Rozdział 10. Uświadom sobie, jakie zdolności w Tobie drzemią	57
Rozdział 11. Czy jesteś we właściwym miejscu?	60
Rozdział 12. Twoja hierarchia wartości.....	66
Rozdział 13. Realizacja celów i marzeń	76
Księga marzeń	78
Księga celów	81
Rozdział 14. Zostań ogrodnikiem	89

CZĘŚĆ III.

Zasady pozytywnego egoisty

Zasada 1. Poczuj miłość do siebie!	95
Pokochaj siebie jako całość	96
Miłość do siebie	97
Poczucie własnej wartości	103
A czym dla Ciebie jest miłość?	104
Zasada 2. Bądź odpowiedzialny za swoje życie	106

Zasada 3.	Okazuj wdzięczność	109
Zasada 4.	Przestań narzekać.....	117
Zasada 5.	Wzmocnij swoje słowa	127
Zasada 6.	Otoczaj się wspaniałymi ludźmi	133
	Gdzie są ci wszyscy wspaniali ludzie?	138
Zasada 7.	Idź swoją drogą.....	144
Zasada 8.	Połykaj słońce	150
	Dieta słoneczna.....	153
Zakończenie		156

Rozdział 2.

Jak na nowo zacząć żyć?

Niestety samo zrozumienie tego, w jaki sposób doprowadziło się do kryzysu, nie wystarczy. Nie czarujmy się, nikt z nas nie ma aż tyle siły, by od razu uśmiechnąć się do świata i szybko zacząć żyć inaczej.

Do tego trzeba mobilizacji, chęci, czasu oraz ponownego ustalenia własnej hierarchii przyciąganych wartości (czyli tych, które chciałbyś, aby były najważniejsze w Twoim życiu). Ale jak to zrobić, skoro właśnie znajdujemy się na etapie: „Ja nie wiem już nic, zostawcie mnie w spokoju”? Spróbuj tego:

Metoda reaktywacji

Opracowana przeze mnie metoda jest w 100% skuteczna. Pozwoli Ci na przejście z etapu kryzysowego do normalnego funkcjonowania. Proponuję Ci ją zastosować, jeśli czujesz, że trudno Ci się podnieść.

Często znajomi próbują nam pomóc i na siłę „wyciągają” na różnego rodzaju imprezy oraz spędzają z nami jak najwięcej czasu. W rezultacie ich dobre chęci kończą się tym, że roześmiani przy nich, wracamy do pustego domu i wtedy zaczyna się piekło, płacz w poduszkę i poczucie beznadziei.

Głównym założeniem metody reaktywacji jest: nic na siłę! Proces składa się z trzech „egoistycznych” zasad.

Nie ma tu ograniczeń czasowych czy ścisłych reguł — jeśli chcesz, to możesz wszystkie trzy zasady wciełać w życie równocześnie bądź też robić to pojedynczo. Pamiętaj: to Ty tu decydujesz!

Możesz tę metodę zastosować, jeśli dopadł Cię kryzys, ale również wtedy, gdy chcesz płynnie przejść do zmiany siebie w pozytywnego egoistę. Pozwoli Ci ona zrozumieć, że nic nie musisz. Nauczy Cię zarówno odpoczynku, dystansu, jak i nabywania życiowej energii.

Zatem zaczynajmy!

Zasada 1. Przewróciło się? Niech leży!

W myśl zasady nie musisz:

- ◆ niczego naprawiać;

- ◆ do niczego się wysilać (nawet jeśli sprawa miałaby dotyczyć poukładania rzeczy w szafie);
- ◆ do nikogo wyciągać ręki.

Jeśli coś się „posypało”, to przestań po raz kolejny się zadręczać, tylko pomyśl o sobie! Daj sobie czas i jeśli nie masz teraz na cokolwiek ochoty — nie rób nic. Nie zmuszaj się do niczego — przewróciło się? Niech leży!

Nie patrz teraz na innych, w końcu przez patrzenie na to, co powiedzą, znalazłeś się w obecnej sytuacji. Zaczynj słuchać swoich myśli i prowadzić ze sobą rozmowy. Nim coś zrobisz, zadaj sobie pytania:

- ◆ Czy ja naprawdę tego chcę?
- ◆ Czy naprawdę mam na to ochotę?

Rób tak ze wszystkim, zaczynając od drobiazgów, a kończąc na rzeczach ważnych.

Teraz pozwalaj sobie nawet na takie rzeczy, jak bałagan w pokoju czy niepozmywane naczynia. Masz ochotę na czekoladę — zjedz ją! Potrzebujesz pospać sobie cały dzień — śpij! A może masz ochotę chodzić boso po trawie — chodź!

Działasz w myśl zasady: przewróciło się? Niech leży! I możesz czerpać z niej całkowitą satysfakcję.

Jeśli jesteś osobą pracującą, nie martw się, pracuj tak jak do tej pory, a po pracy korzystaj w pełni z założeń Zasady I.

Nie miej wyrzutów sumienia, że czegoś nie robisz. Nie pozwól, by inni je w Tobie wzbudzili. Jeśli czujesz, że to, co teraz robisz, jest słuszne — daj się temu ponieść. Posłuchaj siebie.

Zasada 2. Wegetacja to rewelacja

Pracujesz na pełnych obrotach, by spełnić ambicje swoje i innych, a przy tym nikogo nie zaniedbać? Po co? Pytam poważnie — po co? Co z tego masz, oprócz tego, że całkowicie się wypalasz, a Twój bliscy i tak mają pretensje, że nie poświęcasz im czasu? W porządku — pracuj, ale czy przypadkiem nie zapominasz za często o odpoczynku? O takiej relaksacji, by w pełni poczuć się zregenerowanym?

Skoro dopadł Cię kryzys emocjonalny, to, jak się domyślam, jesteś padnięty i nic Ci się nie chce. To wynik wcześniejszego przemęczenia. Brak odpoczynku i możliwości nabrania sił „pomogły” Ci doprowadzić się do takiego stanu. Dlatego nie dziw się teraz, że Twój organizm bawi się w lenia. To jego naturalna reakcja. Przyjrzyj się zjawiskom w przyrodzie. Żółwie zasypiają prawie na pół roku, niedźwiedzie popadają

w zimowy letarg. Tobie też wolno. Skoro wcześniej to zaniedbałeś, teraz musisz nadrobić.

Wykorzystaj zasadę 2.: Wegetacja to rewelacja.

Pozwól sobie na dni lenia! Leż lub spaceruj. Czytaj lub tylko oglądaj telewizję. Rób to, na co masz ochotę, a nigdy nie miałeś na to czasu. Nabieraj sił i regeneruj się. Nie miej z tego powodu wyrzutów sumienia, pamiętaj, że to naturalna reakcja organizmu. Jeśli w końcu nie dasz sobie odetchnąć — Twoje ciało oraz umysł upomną się o ten odpoczynek, i to z nawiązką.

Zasada 3. Pomyśl o sobie

Koniec z uszczęśliwianiem innych kosztem siebie. Definitywny koniec! Jeśli zastosowałeś wcześniejsze zasady, to powinieneś nabrać tyle sił, by móc powiedzieć stop.

To Ty masz być szczęśliwy! Czy myślisz, że ludzie, którzy ciągle gędzą Ci nad głową lub czepiają się o głupoty, myślą o tym, by zrobić wszystko dla Twojego szczęścia? Nie. Oni myślą o swoim szczęściu. A nawet jeśli również o Twoim — to swojego i tak pragną bardziej.

Twoje jest zaniebawane, więc ktoś musi w końcu o nim pomyśleć. Po co szukać takiej osoby, skoro jest tak blisko? Ty nią jesteś. Dlatego: pomyśl sam o swoim szczęściu.

Moja znajoma, Kinga, była kiedyś w okropnej rozsypance po rozstaniu z chłopakiem. Jej przyjaciółka Dorota nawet nie zadzwoniła z pytaniem, jak sobie radzi, choć wiedziała, że Kinga i Markowi się nie układa. Tak była zajęta organizacją swojej rocznicy ślubu, że o przejściach swojej przyjaciółki dowiedziała się przypadkowo, i to trzy tygodnie później. Kinga już sobie wszystko poukładała w głowie, nie chciała zadrećcać się przykrym tematem, więc na pytanie Doroty o powód rozejścia powiedziała tylko: „Nie ważne, już wszystko jest w porządku”.

Nastąpiła cisza, Kinga myślała, że może zraniła przyjaciółkę, odpowiadając jej tak zdawkowo i gdy już budziły się w niej wyrzuty sumienia, Dorota z pełnym entuzjazmem odezwała się, mówiąc uśmiechnięta: „To może na Twoim zaproszeniu nie będę pisała o osobie towarzyszącej, dzięki temu będę miała mniej ludzi”.

Dorota nawet przez moment nie pomyślała o tym, że przyjaciółce może nie być łatwo. W całej informacji

szukała jedynie plusów dla siebie, czyli ograniczenia kosztów przyjęcia.

Mam nadzieję, że Ty nie znalazłeś się w aż tak przykrych sytuacji, jednak jest ona doskonałym przykładem na to, że inni myślą jedynie o swoim szczęściu.

W końcu i Kinga zastosowała zasadę pozytywnego egoizmu i straciła przez to „przyjaciółkę”. Ale czy powinna się przejmować stratą osoby, która myśli tylko o sobie? W rezultacie zrozumiała, kto jest jej prawdziwym przyjacielem, a kto jedynie korzysta z jej dobroci dla swoich celów.

Pamiętaj, że na świecie są wspaniali i toksyczni ludzie. Zdecyduj, którymi chcesz się otaczać. Ale by to zrozumieć, musisz sobie najpierw uświadomić, co to oznacza.

Na początku powinieneś poczuć miłość i szacunek do swojej osoby. Docenić swoją wartość. Zrozumieć, jak cennym klejnotem jesteś. A później zacznij ze sobą rozmawiać. Zrozum, czego pragniesz.

Ułatwić Ci to może proste pytanie, zadawane sobie za każdym razem, gdy nie wiesz, jak się zachować: „Czy miłość do siebie pozwala mi zrobić to/zachować się tak?”. Jeśli coś Ci odpowiada: „nie”, to już powinieneś wiedzieć, jak się zachować.

Zastanów się też, przy kim najczęściej zadajesz sobie to pytanie oraz przy kim najczęściej odpowiadasz sobie „nie”. Może najwyższy czas powiedzieć tym osobom „żegnaj”?

Co dalej?

Gdy już zastosujesz wszystkie trzy zasady, powinieneś zacząć odczuwać moc. Jeśli będziesz je stosował z wiarą, wkrótce dostrzeżesz, iż zaczynasz stawać na nogi, nabierasz sił i motywacji. Poczujesz swoją wewnętrzną siłę!

Od Ciebie zależy, jak długo będziesz je stosować, jednak pamiętaj — są one po to, byś przeszedł na wyższe poziomy pozytywnego egoizmu! Po to, byś znów zaczął żyć — ale teraz swoim życiem!

Z dalszych rozdziałów dowiesz się, jak tego dokonać. Jak dobrze wykorzystać nowe siły, by zrozumieć swój życiowy cel, swoje potrzeby, siebie oraz sposób, w jaki chcesz żyć.

Więc nabieraj tych sił, bo gdy już to nastanie — czeka Cię prawdziwa magia!

Rozdział 7.

Utrwalenie oczyszczenia

Jesteśmy coraz bliżej sukcesu w Twoim „podnoszeniu się”. Jeśli już przeszedłeś przez wszystkie etapy i wykonywałeś polecenia — ten rozdział będzie dla Ciebie już tylko domknięciem, a następny pierwszym etapem zatrzymywania „mocy”. Teraz pora, byś wszystko, co do tej pory zrobiłeś — utrwalił.

Dlatego proszę Cię teraz, żebyś napisał list. Adresem będziesz Ty sam — z przeszłości. Niech to będzie ciepły list, ale szczerzy do bólu. Ważne, byś zawarł w nim wszystko, co dotyczy istotnego wydarzenia Twojej przeszłości, które sprawiło Ci ból.

Jest jeszcze jedna rzecz — to będzie list pożegnalny. Żegnasz się z tym, co Cię raniło, ale bez bólu, bez szukania winnych, bez nienawiści. Niech to będzie radosne pożegnanie, które zamknie pewien rozdział.

Gdy skończysz, przeczytaj list jeszcze raz na głos. Podziękuj sobie z przeszłości za wiedzę i doświadczenie, które wyciągnąłeś z tamtych zdarzeń. Poczuj

wdzięczność i z uśmiechem powiedz: „Teraz pora na nowy etap, ja (*tu wstaw swoje imię*) znów trafiłem na właściwą drogę”.

A gdy już to wypowiesz, spal ten list.

Jesteś teraz oczyszczony. Zaczynasz nowy rozdział, nową wspaniałą drogę. Teraz weź czystą, niezapisaną kartkę i napisz na niej, co chciałbyś osiągnąć. W ciągu tygodnia, za pół roku, za rok. A co za dziesięć lat? To Twoja nowa droga. Przeszłe doświadczenie uległo spaleniu. Teraz niezapisana kartka leży przed Tobą. Od Ciebie zależy, co na niej będzie. Masz moc — i nie wahaj się jej użyć!

Rozdział 8.

Porzuć błędne przekonania

Ten rozdział mocy ma Ci dać siłę i pozwolić zrozumieć, że wszystko, co dobre, jest możliwe!

Skoro już zaczynasz nowy rozdział w swoim życiu, to ważne jest, byś uświadomił sobie, że możesz osiągnąć, co tylko chcesz, i choć nie będzie to łatwe, choć napotkasz wiele przeszkód na swojej drodze — musisz być jej pewny. Często rezygnujemy z czegoś, twierdząc, że to się nie uda. W porządku, może skrzydła Ci nie wyrosną — ale przecież kiedyś ludzie nie wierzyli, że będą latać i... teraz latają. Gdy Edison wymyślił sobie, że skonstruuje żarówkę, też wszyscy mówili, że mu się nie uda — a jednak przy tysięcznej próbie udało się. A coca-cola? Tajemny przepis nie był dopracowany i pewien starszy człowiek, który ją wynalazł, postanowił go sprzedać za kilkanaście dolarów, gdyż czegoś w nim brakowało — a on nie wiedział czego... Tym jednym składnikiem był cukier, który sprytny nabywca dodał do napoju. Tak powstał jeden z najpopularniejszych napojów świa-

ta z początku reklamowany nawet jako cudowny lek. A gdyby ten stary domokrażca nie poddał się? Gdyby próbował doskonalić swój przepis i w końcu dodał do niego cukier? Jak wtedy wyglądałoby jego życie?

Dlatego nie poddawaj się i wierz! To właśnie wiara czyni cuda. Przeświadczenie, że czemuś nie poddasz, to tylko błędne przekonanie.

Pamiętasz film *Forrest Gump*³? Jego bohater był przykładem człowieka, który porzucił tysiące błędnych przekonań. Zrobił to dzięki swojej wierze. Choć w filmie uchodził za lekko upośledzonego, ten człowiek tak naprawdę był niesamowicie mądry, gdyż wykorzystał największą potęgę, jaka siedzi w każdym z nas — wiarę. Dla niego nie było rzeczy niemożliwych, był przekonany, że wszystko się da. A Ty? Jak jest z Twoimi przekonaniem na swój temat? Ile sobie ujmujesz, twierdząc, że czegoś nie potrafisz? Wierz mi, wszystko się da. Możesz, umiesz, potrafisz! I osiągniesz, co tylko pragniesz, tylko się nie poddawaj.

Wykonaj teraz pewne ćwiczenie, które pozwoli Ci zrozumieć, jakie są Twoje błędne przekonania.

Usiądź w spokojnym miejscu i podziel kartkę linią na cztery części, narysuj przez środek pionową kreskę i drugą poziomą. Możesz też wykorzystać gotowy arkusz:

³ *Forrest Gump* [film], reż. R. Zemeckis, 1994.

1	2
3	4

W pierwszej części wypisz wszelkie hamujące przekonania na swój temat.

Pod dwójką napisz wszystko, co chciałbyś zrobić, ale się boisz, lub twierdzisz, że jest to niemożliwe.

Teraz zastanów się nad tym, co umieściłeś pod numerem 1.

Już? Jeśli tak, to w polu nr 3 wpisz, co trzeba zrobić, żeby to osiągnąć.

Teraz zastanów się nad polem nr 2. W 4 zapisz, co trzeba by było zrobić, by to zrealizować.

I nawet niech Ci do głowy nie przychodzi, że się nie da. Pamiętaj: wszystko się da! A w tym ćwiczeniu musisz się tylko zastanowić, jak to osiągnąć.

Czasami potrzeba będzie czasu, by coś zrealizować, ale pomyśl nad efektem końcowym. Bo jeśli chciałbyś schudnąć i twierdzisz, że się nie da — czy naprawdę tak myślisz? Czy możesz to szczerze sobie powiedzieć? A gdybyś faktycznie zaczął ćwiczyć trzy razy w tygodniu po półtorej godziny? Gdybyś do tego zmienił dietę? Twierdzisz, że nie masz czasu? A gdybyś gospodarował nim tak, by jednak go mieć? Już po miesiącu zobaczyłbyś efekty — tylko czy naprawdę tego chcesz? Jeśli czegoś pragniemy, porzućmy błędne przekonania, że się nie da. Niech Twoim jedynym przekonaniem pozostanie: wszystko się da!

Pora, byś zrozumiał, że jesteś wspaniałą i cudowną istotą, która zasługuje na wszystko, co najlepsze.

Rozdział 11.

Czy jesteś we właściwym miejscu?

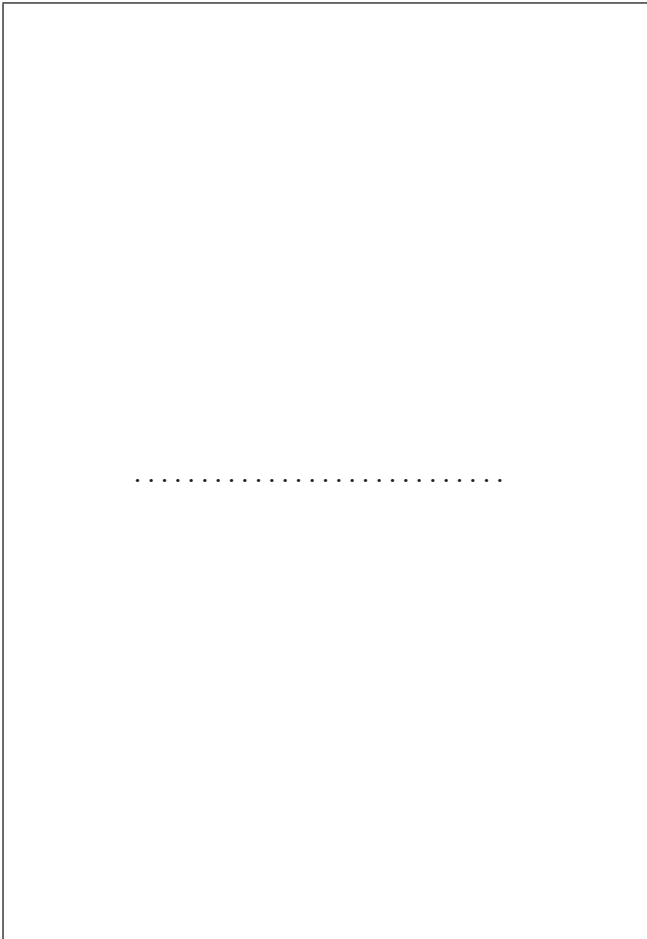
Oglądałam film *Burleska*⁴ w reżyserii Steve’a Antina. Choć film był bardzo lekki i raczej nie pobudzał do głębszych przemyśleń, to jednak znalazło się w nim zdanie, które mnie zastanowiło. Przyjaciel głównej postaci zadał jej pytanie, dlaczego wyjechała ze swojego miasteczka, na co ona odpowiedziała: „Ponieważ nie było w nim człowieka, którego życiem chciałam być”. Wydaje się to takie banalne, a jednak. Masz marzenia, ale czy na pewno znajdujesz się w odpowiednim miejscu, by je realizować? Rozejrzyj się dookoła, czy tam, gdzie żyjesz, istnieje choć jedna osoba, której życie na tyle Ci odpowiada, że chciałbyś mieć takie samo? Jeśli tak — to znaczy, że jesteś we właściwym miejscu. Jeśli jednak nie, to być może pora, by je zmienić? Nie namawiam Cię do wywrócenia życia do góry nogami, bo jeśli jest sporo rzeczy, które trzymają Cię w danym miejscu, to raczej niemożliwym (lub bardzo trudnym) będzie zmiana go na inne. Jednak

⁴ *Burleska* [film], reż. S. Antin, 2010.

uświadomienie sobie, gdzie powinniśmy być, pozwoli nam w przyszłości albo się tam znaleźć, albo zmienić pragnienia — w przeciwnym razie nigdy nie zaznamy szczęścia. Zastanów się, gdzie poczujesz się szczęśliwy.

Jak znaleźć swoje miejsce? Najpierw musisz odkryć, czego pragniesz. We wcześniejszych rozdziałach opisałam Ci kilka ćwiczeń, które pomogą Ci odkryć siebie, swoje zdolności i cele. Być może już przed rozpoczęciem pracy z tym podręcznikiem wiedziałeś, co chcesz robić, byłeś w odpowiednim miejscu i potrzebowałeś jedynie odkryć w sobie pozytywny egoizm. Jeśli tak, to przejdź do kolejnych rozdziałów. Jeśli jednak nadal szukasz swojego miejsca, pora, byś usiadł w spokoju, wziął kartkę i zrobił rozpiskę związaną ze swoim celem. W jaki sposób zrobić to najlepiej? Na środku strony napisz swój cel, niech będzie to projektowanie ubrań. Wyobraź sobie zrealizowanie tego celu, czyli bycie takim projektantem, jakim chciałbyś być. Zastanów się, gdzie byś był, gdzie jadał, z kim się spotykał, gdzie znajdowałyby się Twoje sklepy, gdzie organizowałbyś swoje pokazy, co robiłbyś po pracy, z jakimi ludźmi chciałbyś się zaprzyjaźnić. Następnie do każdej z tych rzeczy postaraj się dopasować miejsce. Wpisz nazwę miasta, państwa lub określ jego wielkość. Pozwoli Ci to za-

węzić pole wyszukiwania. Gdy dane miejsce będzie się pojawiać często, powinieneś zastanowić się, czy w takim obecnie żyjesz.



Następnie wykonaj drugi schemat. Wpisz ponownie swój cel, ale teraz wypisz wokół niego wszystko, co przychodzi Ci na myśl, gdy zastanawiasz się nad tym, jak go zrealizować. Jeśli marzysz o byciu projektantem, wypisz, co powinieneś zrobić, by nim zostać, np. skończenie szkoły projektowania ubioru, bywanie na pokazach innych projektantów, staż itp. Po wypisaniu tych rzeczy określ przy każdej, gdzie powinieneś się znaleźć. Być może szkoła projektowania, staż oraz pokazy mody znajdą się w Poznaniu? Lub w Krakowie? A może wolisz wybrać któreś z zagranicznych miast, np. Londyn czy Paryż? Może się okazać, że miasto, które wyszło Ci w pierwszym etapie, jest różne od drugiego. Z kolei być może, gdy osiągniesz cel, będziesz mógł zajmować się tym, co kochasz, w miejscu, w którym aktualnie jesteś, jednak najpierw musisz wyruszyć w drogę do innego miasta, by móc go zrealizować?

Sama kiedyś szukałam swojego miejsca przeznaczenia. Pochodzę z małej, górskiej miejscowości na południu Polski, z Muszyny. Uwielbiam to miejsce, jest spokojne, piękne, o każdej porze roku zachwyca zapachem i wyglądem. Jest to idealna miejscowość dla ludzi chcących odpocząć, szukających spokoju i swojskości. Jednak mimo że ją uwielbiam, nie mogę się tam w tej chwili realizować. Jest jednak jeszcze

inne miasto, które bardzo lubię — Kraków. Daje mi energię, pozwala rozwijać zainteresowania, poznawać ciekawych ludzi, wspaniałych artystów. Ma niesamowitą atmosferę, która przyciąga masę turystów. W tym mieście żyję, czy jednak jest to moje miejsce? Gdybym ostatecznie chciała zrealizować swoje cele zawodowe, musiałabym mieszkać w jeszcze większym mieście, np. w Warszawie, jednak wiem też, że moimi celami na przyszłość są: spokój, szczęśliwa rodzina i praca w nienormowanym wymiarze godzin, a te cele zrealizuję w swojej rodzinnej Muszynie, która jest znacznie spokojniejsza niż Warszawa. Dlatego wiem, że na dłuższą metę nie wytrzymałabym w mieście tak bardzo ruchliwym. Stąd też większość moich celów skorygowałam tak, by móc je realizować w Krakowie, który jest dla mnie przyjemniejszy — a wszystko po to, by w ostateczności wrócić do Muszyny. Dlatego jeśli wiesz, że miasto, w którym zrealizujesz swoje cele, nie jest dla Ciebie odpowiednie, zastanów się nad innym, bardziej dopasowanym, w którym może nie zrealizujesz wszystkiego, ale będziesz sobą.

Szukanie swojego miejsca wcale nie jest takie proste. Czasami trzeba najpierw gdzieś pojechać, by poczuć, czy chcielibyśmy tam zostać. Czasami jakieś miejsce działa na nas w taki sposób, że wolimy zmienić swo-

je cele, aby pozostać w nim, bo tylko tu czujemy się sobą.

Dlatego zastanów się, czy jesteś w dobrym miejscu, by zrealizować swoje zamierzenia, oraz czy jesteś w odpowiednim dla siebie miejscu do życia. A później? Albo zmień miejsce, albo cele. Najważniejsze, byś wiedział, że jesteś tam, gdzie czujesz się sobą!

Dlaczego warto mieć pełną wersję?



Pełną wersję książki zamówisz na stronie wydawnictwa Złote Myśli
<http://pozytywny-egoista.zlotemysli.pl>