

Hogyan Á°ld tÁ°l a kÁ°nyezetedet?

Tudod, Á°n hogyan Á°ltem tÁ°l ezt az idÁ°szakot? SEHOGY!

ElsÁ°re nem sikerÁ°lt eljutnom a holtpontra. MÁ°sodjÁ°ra sem...

SokadjÁ°ra sikerÁ°lt csak. Biztos, hogy egy kezemen nem tudom megszÁ°molni, hÁ°jnyiszor prÁ°bÁ°lkoztam vele. De most má°r tÁ°ljutottam rajta, Á°s má°r nem billenek vissza. Senki Á°s semmi nem tud visszarÁ°ngatni, csak Á°n tudnÁ°m magam - a meg má°r nem akarom. Á°s a legszebb az egÁ°szben, hogy nem esik nehezemre!

Á° Tudod, hÁ°jnyiszor kaptam meg a barÁ°jtaimtÁ°l, hogy hÁ°lyesÁ°get csinÁ°lok? Sokszor!

Tudod, hÁ°jnyiszor cikiztek Á°s nevettek ki, mert megvontam magamtÁ°l bizonyos dolgokat? Rengetegszer!

Tudod, hÁ°jnyiszor akartak elcsÁ°jbÁ°-tani mindenfÁ°le trÁ°kkel? SzÁ°jmtalanszor!

Tudod, hÁ°jnyiszor Á°reztem magam kÁ°lÁ°ncnek Á°s kirekesztettnek? A kellettÁ°nÁ°l sokkal tÁ°bbbszÁ°r!

Tudod, hÁ°jny kÁ°lÁ°s családidi ebÁ°d fulladt kudarcba a speciÁ°lis Á°trendem miatt? Jobb, ha nem tudod meg...

Tudod, hÁ°jny Á°jimatlan Á°jszakÁ°t okozott nekem ez az egÁ°sz Á°letmÁ°d-mizÁ°ria? No komment...Á° KÁ°t fontos dolog van amirÁ°l tudnod kell. 1. Akik tÁ°nyileg IGAZÁ°N SZERETNEK, azok (egy idÁ° utÁ°jn) elfogadják Á°gy, ahogy vagy. Ha duci vagy, akkor Á°gy, ha Á°pp fogyÁ°kÁ°rÁ°zni Á°s Á°letmÁ°dot vÁ°lítani tÁ°mad kedved, akkor Á°gy. Kezdetben termÁ°szetesenÁ° a sa Á°rdekedben megprÁ°bÁ°lnak megvÁ°deni Á°jmagadtÁ°l Á°s az Á°j hÁ°bortjaidtÁ°l, de aztÁ°n belenyugszanak, ha lÁ°jtÁ°k Ra a kitarÁ°st - sÁ°t egy idÁ° utÁ°jn elkezdenek segÁ°teni Neked. MegvÁ°denek má°sok elÁ°tt, minden kÁ°lÁ°nÁ°l sebb neheztelÁ°n Á°lkÁ°l kÁ°lÁ°n a Te kedvedÁ°rt fÁ°znek vagy vÁ°sÁ°rolnak, szÁ°val a szÁ°jvetsÁ°geseid lesznek.

2. A kÁ°nyezetted egy má°sik rÁ°sze SOHA nem fog a pÁ°rtodra Á°llni. Ennek tÁ°bb oka is lehet. a) nem vagy nekik elÁ°g fontos - ha ez Á°gy van, akkor te se tÁ°rÁ°dj velÁ°k, ne stresszeld magad a RÁ°lad alkotott vÁ°lemÁ°nyÁ°k miatt: ne tÁ°rÁ°dj kritikÁ°ikkal Á°s az okoskodÁ°saikkal, ne is prÁ°bÁ°ld Á°ket meggyÁ°zni, mert teljesen felesleges. ValÁ°szÁ°nÁ°leg ha Te nem Á°rdeklek Á°ket, akkor az Á°szÁ°rveid sem...

b) teljesen ellentmond a nÁ°zeteikkel, amit Te csinÁ°lsz - lehet, hogy Á°k pl. má°jskÁ°pp tanultÁ°k, Á°s má°r nem akarnak megvÁ°ltozni. ElkÁ°pzelhetÁ°k, hogy nehÁ°z lenne a sutba dobni mindent, amit eddig gondoltak az Á°let bizonyos dolgairÁ°l, mert akkor Á°gy tÁ°nhetne nekik, hogy eddig hazugsÁ°jban Á°ltek, Á°s hazugsÁ°got adtak tovÁ°bb má°soknak is, eseteg minden jÁ° szÁ°ndÁ°kuk ellenÁ°re tÁ°bbet Á°rtottak, mint amennyit hasznÁ°ltak...Gondolj csak az orvosokra, akik tÁ°bbbszÁ°ge tÁ°neteket prÁ°bÁ°lja kezelni (eltÁ°ntetni), ahelyett, hogy a kivÁ°ltÁ° okot keresnÁ°, Á°s azt szÁ°ntetnÁ° meg. Nekik nehÁ° azzal Á°rvelni, hogy ha minden sejtÁ°nk egÁ°szsÁ°ges lenne, akkor minden szervÁ°nk is egÁ°szsÁ°ges lenne (hiszen a sejtek Á°pÁ°tik fel Á°ket), tehÁ°t az egÁ°sz testÁ°nk egÁ°szsÁ°ges lenne. HiÁ°ba logikus, hogy sejtszinten kellene beavatkozni a folyamatokba, nagy rÁ°szsÁ°k azt teszi, amit sok Á°ven Á°t oktattak nekik az egyetemen: kivÁ°gjÁ°k a test bizonyos darabjait, vagy adnak rÁ°juk valami má°rget vagy fÁ°jaldalomcsillapÁ°tÁ°t (ami valÁ°jÁ°ban az agy bizonyos kÁ°lzpontjaira hat, hogy ne Á°rezzÁ°nk fÁ°jaldalmat, pedig az tovÁ°bbra is ott van - Á°s a fÁ°jaldalmat kivÁ°ltÁ° ok sem szÁ°nik meg attÁ°l, hogy nem Á°rezzÁ°k...)

c) lÁ°teznek olyan emberek (szerencsÁ°re viszonylag kevesen), akik direkt rosszat akarnak Neked. MÁ°g ha nem is Á°gy Á°l meg, attÁ°l a tÁ°ny má°g tÁ°ny marad: habÁ°r sokszor a segÁ°tsÁ°g kÁ°ntÁ°sÁ°be bÁ°jva Á°rkeznek Hozzá°d, figyelj oda mert Á°k a legveszÁ°lyesebbek RÁ°d nÁ°zve. Olyasmi tÁ°pusÁ° mondatokat szoktak mondani, mint pl. "A sajÁ°t Á°rdekedben vÁ°gj bele ebbe vagy abba, bizonytalan kimenetelÁ° dolgokba, nehogy a vÁ°gÁ°n csalÁ°dÁ°s Á°rjen." ElsÁ° hallÁ°sra tÁ°nyilek fÁ°ltÁ°snek hangzik, de sajnos valÁ°jÁ°ban nem az.

Á°k azok, akik ellenzik az Á°j má°dszereket, a kutatÁ°sokat, Á°s ha rajtuk má°lna, akkor má°g mindig azt hinnÁ°nk, hogy a FÁ° lapos. Á°k azok, akik elhitetik Veled, hogy Te is csak egy tehetetlen kis senki vagy, egy kis porszem - esetleg egy aprÁ° fogaskerÁ°k az Á°riÁ°si gÁ°pezetben, Á°s ha van egy jÁ° Á°tleted, má°r kÁ°sz is van a vÁ°laszuk, hogy ugyan mit kÁ°pzelsz magadrÁ°l, hiszen a vilÁ°got nem lehet megvÁ°ltoztatni. Ahhoz nagyobb hatalomra lenne szÁ°ksÁ°g. Az meg nekÁ°nk ugye sajnos nincs...Hidd el, hogy az Á°n kÁ°nyezetemben is kÁ°pviselteti magÁ°t mindegyik csoport. Az elsÁ° be tartozÁ°kkal foglalkozom, hiszen Á°k is foglalkoznak velem. MÁ°g kezdetben Á°desanyÁ°m ugyanazt kÁ°szÁ°tette a nagy családidi ebÁ°dekkor, amit korÁ°jban, Á°s ha talÁ°ltam valami szÁ°jmomra ehétÁ°t, akkor ettem, ha nem, hÁ°t az az Á°n bajom volt, ma má°r teljesen má°s a helyzet: tudja, hogy mit eszem Á°s mit nem, Á°s má°r nem sÁ°t nekem sÁ°tit, de csomagol helyette diÁ°belet. Nem kÁ°szÁ°t sÁ°lt krumplit, de kapok helyette dÁ°nsztelt kÁ°jposztÁ°t. Á°s má°g sorolhatnÁ°m. Á°s ami a legjobb nyagat, hogy egyik olyat, amit nem akarok; nincsenek rosszallÁ° megjegyÁ°sek vagy pofavÁ°gÁ°sok, cinkos Á°sszenÁ°zÁ°sek a hÁ°tam má°gÁ°tt a bÁ°jyÁ°imÁ°kkal - csak a gyermekkorom Á°ta jÁ°l ismert lemez maradt meg, szerintem Á°rÁ°k darab: nagyon sÁ°padt vagy, kislÁ°nyom :)

A barÁ°jtaim szintÁ°n kedvesek Á°s segÁ°tÁ°kÁ°szek, a pÁ°rtomon Á°llnak, odafigyelnek rá°m kÁ°lÁ°s Á°tkezeÁ°sek alkalmÁ°l pedig tÁ°nyileg nem vÁ°rom el. De ez nekik automatikusan jÁ°n. HÁ°lÁ°s is vagyok Á°rte!

Az Á°j ismerÁ°sÁ°kkal van a legkÁ°nyebb dolgom: Á°k eleve Á°gy ismernek meg, hÁ°t Á°gy is fogadják el. MÁ°g ha furcsÁ°llnak is nÁ°ha ezt-ezt, hÁ°t ez van. Á°n sem faggatom Á°ket, hogy miÁ°rt dadognak, miÁ°rt vÁ°ltak el, miÁ°rt hordanak piros cipÁ°t. Á°pp miÁ°rt cigarettÁ°znak. Á°n ilyen vagyok, Á°k olyanok. KÁ°lcsÁ°nÁ°s tisztelet kell, Á°s problÁ°ma egy szÁ°l se :) Akik nÁ°rtenek egyet a nÁ°zeteimmal, azokkal nem foglalkozom. FÁ°ggetlenÁ°tem magam tÁ°lÁ°k. Ha valakit valÁ°ban Á°rdekel a tÁ°ma, akkor sem Á°llok le vele beszÁ°lgetni rá°la. InkÁ°bb javaslok neki egy olyan cikket vagyÁ° kÁ°nyvet, amit egy neves szakember Á°rt, Á°s ha utÁ°na má°g mindig szeretne velem tÁ°rsalogni, Á°llok elÁ°be. De akkor má°r van egy kÁ°lÁ°s kiindulási alap. Aki direkt rosszat akar nekem, azt igyekszem kirekeszteni a tÁ°rsasÁ°gombÁ°l. Nem kezdemÁ°nyezek vele semmifÁ°le kommunikÁ°ciÁ°t. Ha Á° igen, akkor pedig kedvesen, de mihamarabb rá°lvidre zÁ°rom a tÁ°mÁ°t, Á°s bÁ°csÁ°t intek neki. Á°gy nincs sÁ°rtÁ°dÁ°s, Á°s az Á°n energiÁ°mat se szÁ°vta le vÁ°mpÁ°r má°s djÁ°ra. Ha má°gis megszÁ°rtÁ°dik, az az Á° baja, nem Nekem nincs szÁ°ndÁ°komban mindenkinek megfelelni. Nem is lehetne. Az pont elÁ°g, ha az elsÁ° csoportnak a kedvÁ°ben jÁ°rok, ahol Á°s amikor csak tudok, hiszen rengeteg viszonzÁ°st kapunk egymÁ°jstÁ°l, az pedig energiÁ°val tÁ°l fel mindannyiunkat... Azt javaslom Neked is, hogy Te is vizsgáljál meg a TÁ°ged kÁ°lÁ°lvevÁ° emberek, Á°s mindegyikÁ°kre

csak annyi figyelmet fordÅ-ts, amennyit tÅ°nyileg megÅ°rdemelnek. Olvasd el Å°jra ezt a rÅ°szot, hogy erÅ't merÅ-ts belÅ'le. Nekem sem volt kÅ°nnnyÅ± az ÅjtÅjllÅjs. FeltehetÅ'en Neked sem lesz az. De Åjt kell jutnod a holtpontra, ha valamit el szeretnÅ°l Å°rni az Å°letben. FÅ'leg akkor, ha nem olyan dolgot szeretnÅ°l megvalÅ°sÅ-tani, amit minden mÅjsodik ember sikeresen csinÅjl... A tudatos Å°letmÅ°dvÅjltÅjs is ilyen. Se a tÅjrsadalom, se a kÅ°rnyezet nem tÅjmozgatja. A hipermarketekben szinte semmi ehett nem fogsz talÅjlni, az Å°ttermek 98%-Åjt kihÅ°zhatod a listÅjdrÅ°l, Å°s az ismerÅ'seid csodabogÅjrkÅ°nt fognak tekinteni RÅjd. KivÅjltkÅ°pp akkor, ha ez mÅjr nem az elsÅ' rendhagyÅ° prÅ°bÅjlkozÅjsod arra, hogy megvÅjltoztasd az Å°leted... SzÅ°val jÅ° kis kalandnak nÅ°zel elÅ°be, ha felvÅjllalod, hogy megvÅjltoztasd a szokÅjsaidat... Egy dologra kÅ°rlek csak: IÅ°gy kitartÅ°. NE ADD FEL! Higgy magadban! Tudd, hogy kÅ°pes vagy rÅj. KÅ°pzeld el, hogy Å° egy hegyet mÅjszol. Csak a csÅ°csig kell eljutnod; ott HozzÅjd hasonlÅ° emberek tÅ°zik ki a gyÅ'zelmi zÅjszlÅ°ikat nap mint nap, Å°s onnan sokkal szebb a kilÅjtÅjs, mint innen letrÅ'l - rÅjadÅjsul a lefelÅ° menet sokkal kÅ°nnnyebb lesz, mint amilyen a felfelÅ° utad volt, Å°s azt mÅjr nem is egyedÅ'l kell megtenned...