

radý NA MAREC

Máte pocit, že vám život preteká len tak medzi prstami a vy nevíete ako ďalej. Čo vás urobí spokojnými a šťastnými? Aj tento mesiac sme oslovili zaujímavé osobnosti, aby sa na svoje životy pozreli po svojom. Možno sa vám ich dobre mienené rady budú hodiť.

TEXT: ZUZANA STREŠNÁKOVÁ, ANDREA VOTRUBOVÁ

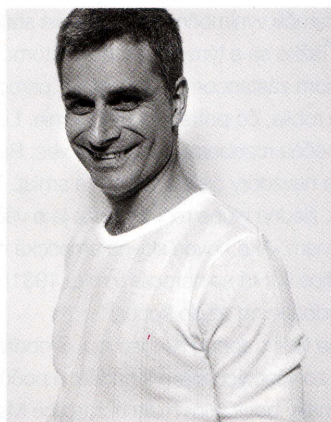


JANA LIESKOVÁ

herečka

„Kedysi som si myslela, že šťastie je prchavá vec, ktorá sa na vás občas usmeje, no vzápätí sa zase rýchlo vytratí. Dnes

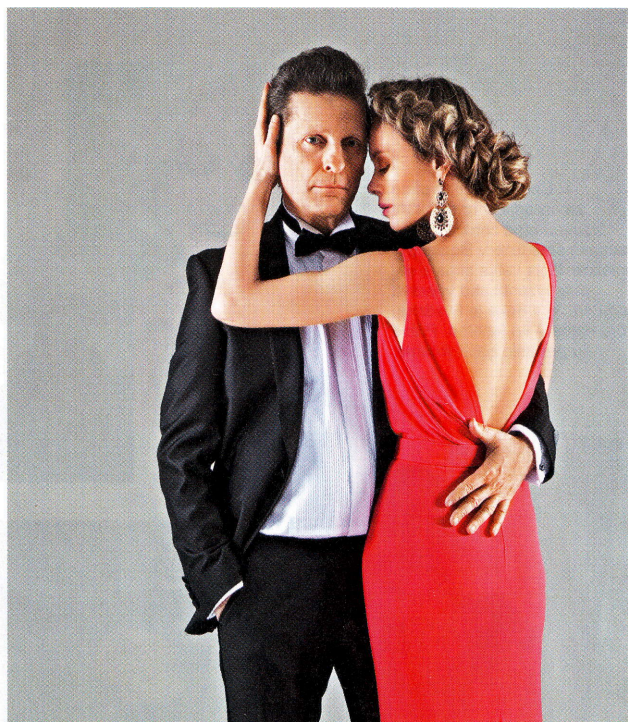
si uvedomujem, že pocit šťastia závisí len od nás. Je to o našich vlastných myšlienkach a postojoch. O tom, že si ich človek môže vedome vyberať. Na každú jednu skutočnosť v našom živote sa dá pozrieť ako na dar alebo nepriazeň osudu. Rovnako každé jedno stretnutie nás má niečo naučiť. Ak je človek naozaj pripravený hľadať šťastie, nájde ho! Aspoň ja tomu verím.“



BRAŇO KOSTKA

dirigent

„Častokrát sme svedkami toho, ako si ľudia budujú predpoklady pre šťastný život. Vytvorí si v dobrom úmysle nejaké ciele, po dosiahnutí ktorých majú pocit, že začnú byť šťastní a tým strávia niekedy aj celý život. Pritom šťastný život vznikne len vtedy, ak sa poskladá zo šťastných dní a deň, v ktorom budeme šťastní, môže začať aj dnes, máme na to všetci určite veľa dôvodov. Byť šťastný je len vecou nášho rozhodnutia.“



LINDA RYBOVÁ

herečka

Mám byť mama, tiež osoba myslíaca, ktorá má svoje názory, mám byť aj herečka, manželka a milienka svojmu mužovi... Niekedy sa zavriem v šatni a kričím NIEEEE. Sú to chvíle, keď túžim po poriadku, ale zároveň som vďačná za tú všadeprítomnú neistotu. A uvedomujem si, že svoj život si každý žijeme tak, ako sme si ho nastavili. A za tým si buď stojme, alebo to začneme meniť.

DAVID PRACHAŘ

herec

Neznášam porovnávanie! Sú mi odporné reči typu: Pozri sa na pána, aký je slušný, ako sa pekne správa k žene, ten by od rodiny nikdy neodišiel... A pán strieda milenky. Tak neporovnávajme, nemerajme! Nikoho s nikým. Každý je v živote sám za seba.



JANETTE ŠIMKOVÁ

life kouč

Hoci nás naše sny o šťastí niekedy klamú a chcú od nás, aby sme videli svoje šťastie v prísľuboch vecí alebo v rukách druhých ľudí, uvedomujeme si, že záleží iba od nás samých. Preto sa môžeme zásobovať minimálne tromi zdrojmi šťastia priebežne, napríklad tým, že na niečo pekné spomíname, niečo pekné aktuálne prežívame a na niečo pekné sa tešíme. Ja si každé ráno hovorím: „Pozeraš sa do tváre človeku, ktorý je zodpovedný za tvoje šťastie.“