

Šťastie... všetky po ňom túžime, no nie všetky ho máme. Niekedy sa nám vyhýba a nevieme prečo. Ako dostať šťastie na našu stranu? Existuje recept, ktorý nám pomôže? Skúsené životné koučky, ktoré pomáhajú ženám na celom svete žiť šťastný život, prezradili svoje tajomstvá.

JANETTE ŠIMKOVÁ,

lektorka a poradkyňa v oblasti partnerských vzťahov a osobného rozvoja
www.lifekoucing.sk



„Úspech bez pocitu šťastia neznamená vôbec nič.“

Ja vnímam šťastie ako záležitosť mysle a šťastného človeka považujem aj za úspešného. A hoci úspech tvorí veľa ďalších aspektov, bez vlastného pocitu šťastia a spokojnosti neznamená vôbec nič. Cesta za šťastím, a tým aj za úspechom, je úloha na celý život. Nejde o jednoduché veci, ktoré možno urobiť raz a navždy. Nemožno pri položke šťastie len nahádzať do automatu príslušný počet mincí a potom čakať, až vypadne sladkosť zvaná šťastie! To by bolo rovnaké, ako nabrať vodu do sita. Život je proces, cesta postupného rastu. Naše životné úlohy môžeme naplniť iba krok za krokom. Ako povedal J. Powell: „Cesta k šťastiu je ako most, ktorý musíme prejsť, nie roh, za ktorý sa dá zahnúť.“ Preto čitateľkám Nového Času pre ženy na ceste pri hľadaní šťastia prajem:

- 1** Aby ste si mohli uvedomiť najlepšiu možnú budúcnosť, neďívajte sa na ňu skrz minulosť. Zaoberajte sa iba tým, čo môžete ovplyvniť.
- 2** Nemožno udržať myseľ aktívnu, pokým je telo pasívne, a naopak – niekedy potrebujete na rozpochybovanie sa za tým, po čom túžite a čo vám dáva zmysel aj niečo viac, než len vzduch, ktorý dýchate...

Ako byť šťastná a úspešná