

MASZ MARZENIE? NO TO CICHOSZA :)

(E-book)

Paweł Zieliński

Spis Treści

1. Czy to naprawdę Twoje marzenie?
2. Rozgłos czyli co?
3. Jak to nic nie mówić?!



Paweł Zieliński

1. Czy to naprawdę Twoje marzenie?

Wielu ludziom na całym świecie śnią się po nocach pieniądze, sława, prestiżowe stanowiska, eleganckie buty czy inne rzeczy, które jak wspominają są ich marzeniami. Czy aby na pewno? Skoro sąsiad pojechał na wycieczkę do Chorwacji to moim marzeniem jest pojechać do Hiszpanii. Jeśli moja kuzynka ma nowe mieszkanie i drugie auto, to moim marzeniem jest mieć wielki dom. Dwa powyższe przykłady nie należą do jedynych sytuacji w których "zainspirowani" spełniamy marzenia. Ktoś nas zdenerwował, wprowadził w zły nastrój i jest powodem frustracji.

Wydaje nam się, że skoro KTOŚ ma od nas lepiej my powinniśmy marzyć jeszcze WYŻEJ. Ktoś kupi ubrania za 1000 zł to my powinniśmy kupić takie za 5 tysięcy i to szyte na miarę. Marzenia pochodzą od słowa marzyć, rozmyślać zastanawiać się...Nie ma w nich ani krzty zazdrości, nerwów i negatywnych emocji. Marzenie to wszystko to co w nas było od zawsze. Było powodem niezliczonych chwil radości, przemyśleń i chwil zadumy. To właśnie one mobilizowały naszą wyobraźnię do tego by wszystko to co chcieliśmy osiągnąć pojawiało się w naszej głowie :)



Paweł Zieliński

Od dawien dawna ludzkość rozwija się ulepszając to co było do tej pory i to co już ktoś wynalazł. Marzeniem ich nie jest jednak pokonanie kogoś w konkurencji bycia od nich lepszymi, lecz jako cel sam w sobie. "Chcę wynaleźć szybszy silnik, ponieważ moim marzeniem jest wygrać w wyścigu samochodowym. " "Chcę mieć lepsze ubrania niż osoby uczące się w tej samej szkole, ponieważ lubię elegancki styl i sprawia mi to wielką przyjemność, gdy mogę założyć coś dobrze dopasowanego" Przykłady, przykłady i jeszcze raz przykłady.

A jak to odnosi się do Twojego życia? Jesteś niewolnikiem przekonań innych oraz tego co Ci dyktują czy wolisz żyć według własnych zasad i tego co masz w środku siebie? :) W takim razie łatwo możemy odpowiedzieć na pytanie czy to o czym marzę to tylko i wyłącznie moje myśli i wewnętrzne przekonania czy jednak pojawił się jakiś czynnik zewnętrzny, który spowodował, że CHCĘ tego natychmiast?

2. Rozgłos czyli co?

Słuchajcie chcę schudnąć! o 10 kg w ciągu pół roku. Super, a jak chcesz tego dokonać? Jeszcze nie wiem, ale najpierw zapisze się na siłownię, potem na jakiś areobik, albo wiem...na Zumbę!



Paweł Zieliński

Tak to jest dobry pomysł. Muszę zacząć sprawdzać co jem i kiedy jem bo przecież to ważne. Będę teraz bardzo dbał o zdrowie. Super, cieszymy się... Dwa tygodnie później.... Jak Ci idzie? dajesz radę? ile już schudłeś? No ale przecież minęły dopiero 2 tygodnie...No tak tak, ale jakieś rezultaty muszą chyba być prawda? A może Ty nie dajesz po prostu rady i masz za słabą wolę? Dwa miesiące później.... Witaj. No i jak tam Ci idzie? zrzuciłeś już te 10kg? Bo mój znajomy to ostatnio zrzucił 15! wyobrażasz sobie? Ja chyba też zacznę. Tak muszę dbać o zdrowie... Abstrahując od tego, że osoby, które zadeklarowały "będę dbał o zdrowie" nie zrobią z tym NIC i odpuszczą po drugim dniu, możemy zaobserwować, że mówiąc komuś o swoich planach zwłaszcza tych dla nas trudnych do zrealizowanie od samego początku mamy grono wiernych "motywujących". Tak się jednak składa, że zależy im TYLKO na rezultatach i za nic mają nasz wysiłek, czas jaki spędzimy na siłowni, w sklepie podczas wybierania produktów oraz tego jak bardzo czasami będziemy cierpieć gdy ktoś obok nas będzie jadł bardzo kaloryczny posiłek. To nic, że wstajesz codziennie o 5:00 żeby pobiegać ONI i tak będą chcieli rezultatów na JUŻ bez względu na ogrom Twoich działań oraz całego wyzwania. Co sprawi, że uda Ci się zrealizować plan i osiągnąć WSZYSTKO TO CO CHCESZ? Niewiedza innych 😊



Paweł Zieliński

3. Jak to nic nie mówić?!

Rozpoczynając swoją przygodę z ćwiczeniami, nauką języka czy jakimkolwiek innym wyzwaniem, które ma zmienić nasze życie musimy mieć świadomość, że to NAM zależy by coś się udało, wyszło i zostało zrealizowane. Są oczywiście sytuacje w których potrzebujemy wsparcia innych, dobrego słowa oraz pocieszenia. Ba! Niektórzy potrafią biegać tylko w grupie bo to ich właśnie mobilizuje. Nie zmienia to jednak faktu, że nikt nie musi wiedzieć co jest ich głównym celem. Może poprawa kondycji, sylwetki a może ktoś z nich chce wystartować w maratonie? To co jest w takich sytuacjach marzeniem to wyłącznie ich własna świadomość, która pcha ich do przodu i powoduje, że chce im się wstawać o tej 5:00 rano by pobiegać. Wsparcie jak najbardziej, ale po co komukolwiek nasze szczegóły skoro i tak to MY chcemy coś zrobić i to NAM zależy na tym by coś doszło do skutku?

Paweł Zieliński

www.twojwybortwojaprzyszlosc.pl



Paweł Zieliński