



# Silna kobieta

Pokonaj wszelkie przeciwności  
losu i obróć je w codzienny sukces!

Katarzyna Gajkowska

Niniejszy darmowy ebook zawiera fragment  
pełnej wersji pod tytułem:

"Silna kobieta"

Aby przeczytać informacje o pełnej wersji, [kliknij tutaj](#)

Darmowa publikacja dostarczona przez  
[ZloteMysli.pl](http://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](#).

© Copyright for Polish edition by [ZloteMysli.pl](http://ZloteMysli.pl)

Data: 30.09.2008

Tytuł: Silna kobieta (fragment utworu)

Autorzy: Katarzyna Gajkowska

Projekt okładki: Marzena Osuchowicz

Korekta: Sylwia Fortuna

Skład: Sylwia Fortuna

Internetowe Wydawnictwo Złote Myśli

ul. Daszyńskiego 5

44-100 Gliwice

WWW: [www.ZloteMysli.pl](http://www.ZloteMysli.pl)

EMAIL: [kontakt@zlotemysli.pl](mailto:kontakt@zlotemysli.pl)

Wszelkie prawa zastrzeżone.

All rights reserved.

## Dedykacja

Opisując swoją historię nie wiemy, kto ją przeczyta, kto ile weźmie z niej dla siebie, jakie słowa trafią do tej czy innej osoby, a może tło wydarzeń spowoduje pojawienie się pewnych skojarzeń z ich własnym życiem. Może dzięki temu ktoś postanowi iść dalej pomimo wszystko, żeby walczyć o siebie, podejmować kolejne wyzwania w życiu. Jeśli chociaż kilka osób zrobi cokolwiek po przeczytaniu tego poradnika, aby naprawić swoje życie, to było warto pisać.

Zapraszam do lektury.

*Katarzyna Gajkowska*

## SPIS TREŚCI

Dedykacja.....	3
Wstęp.....	6
<b>CZĘŚĆ I.....</b>	<b>8</b>
1. Kim jest animator własnego życia.....	9
2. Tzw. lekcje życiowe do przerobienia.....	11
3. Nasze słabości i kompleksy.....	13
4. Wyzwania losu.....	14
5. Czteroletni ciąg.....	16
6. Moje kolorowe marzenia pryskają jak bańka mydlana.....	18
7. Będę studentką pomimo wszystko!.....	20
8. „Gorzej już być nie może...”.....	22
9. Beznadziejne poszukiwania pracy.....	24
10. Przyjaźń na wagę złota.....	26
11. Podstawa egzystencji.....	28
12. Apetyt rośnie w miarę jedzenia.....	31
13. Dawne pasje czy nowe wyzwania?.....	35
14. Remontowy zawrót głowy.....	37
15. Blokady rozwoju.....	39
16. Bądź animatorem swojego życia.....	41
17. Motywujące przykłady aktywnych kobiet.....	43
18. Motywujące przykłady aktywnych mężczyzn.....	45
20. Anioły w ludzkiej postaci.....	49
21. Jak udowodnić, że nie jestem „wielbłądem”?.....	51
22. Bilans zysków i strat.....	53
<b>CZĘŚĆ II.....</b>	<b>54</b>
1. Singiel czy panna z odzysku?.....	55
2. „Lepszy wróbel w garści niż kanarek na dachu”.....	58
3. Moc jest w Tobie.....	61
4. Zobacz swój cel!.....	63
5. Z życia wzięte.....	65
6. Grażyna.....	67
7. Zosia.....	69
8. Elżbieta.....	71
9. Wioletta.....	72
10. Jagoda.....	74
11. Zakręcone myśli.....	75
12. Zaczynaj od siebie.....	77
13. Rozwijaj swoje talenty.....	78
14. Nie poddawaj się!.....	81
<b>CZĘŚĆ III.....</b>	<b>82</b>
1. Mądrość życiowa.....	83
2. Poczekalnia Pana Boga.....	84

3. Wspomnień czar.....	86
4. Seniorka Anna.....	87
5. Seniorka Ewa.....	88
6. Seniorka Mira.....	89
7. Senior Stanisław.....	90
8. Bądź animatorem swojego życia.....	91
<b>CZĘŚĆ IV.....</b>	<b>92</b>
Wskazówka I.....	93
Wskazówka II.....	95
Wskazówka III.....	97
Wskazówka IV.....	99
<b>CZĘŚĆ V.....</b>	<b>101</b>
1. Brakuje ci gotówki? Bądź kreatywna!.....	102
2. Pracuj w programie partnerskim.....	104
3. Napisz ebooka.....	105
4. Utwórz kurs internetowy.....	106
5. Rozwijaj się.....	107
6. Podsumowanie.....	109
<b>CZĘŚĆ VI.....</b>	<b>110</b>
1. Żyj z pasją!.....	111
2. Nie masz pasji? Poszukaj jej!.....	113
3. Fotografia.....	116
4. Informatyka.....	117
5. Hodowla kwiatów doniczkowych.....	119
6. Akwarystyka.....	121
7. Ezoteryka.....	123
8. Robótki.....	125
<b>ZAKOŃCZENIE.....</b>	<b>129</b>
<b>BIBLIOGRAFIA.....</b>	<b>130</b>

## Część I

***"KAŻDY CZŁOWIEK MA SWÓJ WŁASNY KRĄG,  
W KTÓRYM MOŻE DZIAŁAĆ  
W SPOSÓB SOBIE TYLKO WŁAŚCIWY,  
A IM MNIEJSZE JEGO KRÓLESTWO,  
TYM BARDZIEJ SKUPIONA JEGO SIŁA"***

**- Goethe**

## 1. Kim jest animator własnego życia

Animator to słowo łacińskie oznaczające dosłownie „ożywiciela”. Jest to więc ktoś, kto ożywia, zachęca, pobudza do działania.

Animator własnego życia to ktoś, kto ożywia własne życie, czyli mówiąc językiem potocznym, poprawia swój los własnym działaniem.

Czy wiesz, na czym polega animacja filmu rysunkowego? To metoda wykonania szeregu rysunków w poszczególnych fazach ruchu po to, by przy wyświetlaniu na ekranie dały wrażenie ożywienia, ruchu ciągłego. Tak samo wyglądają zmiany w naszym życiu. Trzeba wykonać szereg działań, aby w efekcie uzyskać małą zmianę, pchnąć sprawę do przodu, poprawić swój los.

Zwykle człowiek potrzebuje jakiegoś impulsu, aby ruszyć z miejsca. Takim impulsem często bywa nagła zmiana w życiu. Może to być np. rozwód. Jednak rozwód sam w sobie zazwyczaj przynębia, mamy poczucie straty, nieudanego życia, zmarnowanych młodych lat. Dopiero po pewnym czasie zaczynamy dostrzegać bezsens naszej bezradności, upokorzenia, bezsens poddawania się sytuacji i wtedy zaczynamy walczyć. Walczyć o siebie, o dalsze życie. Tym impulsem jest czasem spojrzenie koleżanki albo opinia kogoś zupełnie przypadkowego. U mnie takim impulsem było stwierdzenie znajomej: *„Dziewczyno! Jak Ty wyglądasz! To tylko facet! Na świecie jest ich całe multum! Nie warto się tak przejmować tylko jednym, weź się w garść!”*. Podejmujemy wówczas pierwsze próby zmiany swojego życia, potem kolejne wyzwania, aby uzyskać efekt

ożywienia. Powoli stajemy się animatorami swojego życia. Możemy wpływać na bieg wydarzeń, uczymy się, że to możliwe, a każdy sukces napędza nas wiarą i nadzieją na lepsze jutro. Tylko po co czekać, aż życie zmusi nas do zmian. Możemy zacząć je kształtować o wiele wcześniej.

„Nie bój się wspinać. To na czubkach drzew są owoce.”

H. Jackson Brown Jr

[...]

## 5. Czteroletni ciąg...

Bycie matką to wielkie wyzwanie dla kobiety, zwłaszcza kiedy jest nią na pełny etat, a mąż zarabia na utrzymanie domu. Kobieta zostaje ze swoim wyzwaniem sama, zupełnie jakby nie była mężatką. Pomocne męskie dłonie przy wieczornej kąpielii dziecka to kropla w morzu potrzeb.

Co dla kobiety oznaczają kolejne ciążę? Oczywiście radość, oczekiwanie, spełnienie ale też ból, samotność, zmęczenie, depresyjne nastroje... Każda kobieta, która została matką choć jeden raz zna doskonale ten czas. W moim przypadku to czteroletni ciąg: 9 miesięcy pierwszej ciąży, potem 18 miesięcy karmienia, kolejne 9 miesięcy drugiej ciąży i kolejne 18 karmienia. Tak wyszło. Chciałam mieć minimum dwoje dzieci, jak to zwykle jedynaczki chcą, jednak nie sądziłam, że tak szybko to zrealizuję. Chciałam karmić swoje dzieci naturalnie, zdrowo około 1 roku, ale okoliczności w obu przypadkach zdecydowały o przedłużeniu tego okresu. Łatwo policzyć:  $9+18+9+18 = 54$  - dobrze ponad 4 lata.

Organizm kobiety zostaje w tym czasie tak bardzo wycieńczony, nie wspominając o psychice, że mamy ochotę wyć. Ciążę przechodzimy różnie, ale mnie życie dało popalić. Kłopoty z kręgosłupem, zębami, paznokciami. Ciągły brak snu, karmienie na żądanie, co godzinę, dwie, pranie, prasowanie, przewijanie, obiad też się sam nie chciał ugotować. Gdy ktoś mieszka z rodzicami, nawet nie wie, jak bardzo taka pomoc na co dzień jest ważna, nie docenia tego. Ja byłam ze wszystkim przeważnie sama. Czasami musiałam wyjść z domu choć na chwilę, sama, żeby odreagować i nie odgrywać się na wszystkich dookoła, kto tylko mi się

mógł nawinąć pod rękę. Padałam ze zmęczenia i zasypiałam natychmiast, kiedy tylko nadarzyła mi się taka okazja.

Chyba właśnie dlatego wymyśliłam sobie studia. Po roku takich atrakcji wyrwałam się z domu. Jeden weekend w miesiącu mogłam odpocząć, udzielać się towarzysko i uczyć. Dołożyłam sobie obowiązków z własnej woli. To był początek końca...

To w perspektywie czasu okazało się dobre dla mnie, ale nie dla mojego małżeństwa...

## 6. Moje kolorowe marzenia pryskają jak bańka mydlana

Któż z nas nie marzy o romantycznej miłości, domu z ogródkiem, dzieciach? Kiedy jesteś bardzo młoda wydaje Ci się, że wszystko przed Tobą, że cały świat stoi otworem. Wyrastają Ci skrzydła i lecisz ufnie ku przygodzie. A kiedy marzenia zaczynają się spełniać myślisz, że masz naprawdę dużo szczęścia i nawet do głowy Ci nie przyjdzie, że to wszystko może nagle zniknąć.

Moje marzenia właśnie tak się zaczęły realizować: najpierw miłość, potem dom z ogródkiem i dzieci. Wszystko we właściwej kolejności.

Czasem jednak w życiu bywa tak, że nagle wszystko pryska jak bańka mydlana, opryskując Cię szczypiącym mydłem. Musi upłynąć sporo czasu, żeby oczy przestały Cię szczypać, mydło drażnić, a marzenia znowu wróciły i zaczęły się realizować. Nic na to nie możesz poradzić, stało się, Twoje marzenia legły w gruzach. Zyskałaś wrogów, których kiedyś widziałaś tylko w filmach. Straciłaś pseudo-przyjaciół, którzy mieli być z Tobą na dobre i złe. Wydaje Ci się, że nic dobrego Cię już nie spotka, że teraz może już być tylko gorzej. Jedyne człowiek, który tak niedawno zapewniał Cię o swojej miłości i oddaniu nagle zaczyna Cię nienawidzić, uważać za wroga osobistego numer 1. A przecież to dla niego zrezygnowałaś z wielu własnych ambicji, dla niego gotowałaś, prałaś, sprzątałaś, jemu urodziłaś i wychowujesz dzieci. To jemu robiłaś sweter na drutach, żeby nie zmarzł zimą i pięknie wyglądał. To dla niego robisz prawo jazdy, pomimo lęku, żeby mógł wypić drinka na imprezie, a Ty odwozisz go do domu. Cała uwaga poświęcona temu jednemu

mężczyźnie to nie najlepszy pomysł na życie. Bo co zrobisz, kiedy On nagle się od Ciebie odwróci? Co kiedy zostaniesz bez pracy, pieniędzy, z małymi dziećmi na utrzymaniu, niekochana, odrzucona, samotna i zgorzkniała? Myślisz - dlaczego to mnie spotkało? Tak się starałam, tak bardzo chciałam mieć szczęśliwą, kochającą się, pełną rodzinę. To było najważniejsze!!! Nie kariera zawodowa, nie jakieś pasje tylko rodzina! Wspólna starość, dzieci odwiedzające rodzinny dom, wnuki, piękny ogród dookoła, spokój i harmonia...

Życie rzadko spełnia nasze marzenia tak dokładnie i precyzyjnie, jakbyśmy chcieli. Przyczyn takiego stanu rzeczy szukają od lat psycholodzy, terapeuci, socjolodzy. Życie potrafi zaskakiwać, większość scenariuszy nawet nie przyszłaby nam do głowy. Nie ma sensu zastanawiać się dlaczego, po co, co złego zrobiłam, gdzie popełniłam błąd, że się nie udało. Teraz musimy postarać się żyć dalej tak, aby nasza wiara, a raczej resztki wiary w siebie, nie upadła do końca - żeby rosta w siłę, grunтоваła się i procentowała na przyszłość. Żeby nasze dzieci, kiedy dorosną, powiedziały: *Mamo, Kocham Cię i podziwiam za to, że tyle w życiu osiągnęłaś pomimo wszystko...*

## 8. „Gorzej już być nie może...”

Czasami staramy się myśleć pozytywnie w sytuacjach trudnych, choć jest to bardzo dużym wyzwaniem. Kiedy nagromadzi się nam cała sterta negatywnych zdarzeń i wpadamy w tzw. dotek, jakiegokolwiek myśli, które odwracają uwagę od problemów traktujemy jak wyzwolenie, nadzieję. Był taki moment w moim życiu kiedy myślałam, że wali się cały mój świat. Chwyciłam się wówczas takiej myśli jak koła ratunkowego: „gorzej już być nie może...”

Zostałam sama w starym domu z dwójką małych dzieci. Wypłakałam wszystkie łzy, w jednej chwili straciłam wszystkie marzenia. Kobieta bez pracy, pieniędzy, bez jakiegokolwiek wizji na przyszłość. Zasnęłam pewnego wieczora z nadzieją, że jutro wstanie nowy dzień i jakoś to będzie. W nocy rozszalała się burza, pomyślałam, że cały wszechświat płacze razem ze mną. Rano obudziłam się na dźwięk leżącej się wody. Wstałam i zobaczyłam, że deszcz wdart się do mojego domu. Zalało wszystko, strumienie wody lały się z sufitu w kilkunastu miejscach. Moją pierwszą reakcją obronną organizmu, jak sądzę, był śmiech. No tak, pomyślałam, jednak może być gorzej! Usiadłam na progu pokoju, w jedynym miejscu, gdzie woda nie lała mi się na głowę, obok usiadły moje przestraszone dzieci... Rozbeczałam się na dobre. Nie miałam już siły walczyć z przeciwnościami losu.

Jednak to nie koniec tej historii, skończyło się solidnym przeziębieniem całej naszej trójki. Wysoka gorączka, bezsilność, depresyjne nastroje i nikogo, kto podałby choćby kubek gorącej herbaty. Od tego czasu nigdy już nie powiem sobie ani nikomu innemu, że gorzej już być

nie może. Zawsze może być gorzej, ale dzisiaj już wiem, że może też być lepiej. To zależy wyłącznie od nas. Im szybciej zaczniemy działać tym szybciej nastąpi poprawa.

Wyszłam z tego, już nawet nie pamiętam jak, chyba wyparłam to z pamięci, ale udało się. Zostały już tylko koszmarne wspomnienia. Może to wszystko zdarzyło się właśnie po to, żebym mogła to teraz opisać, kto wie...

## 11. Podstawa egzystencji

Zastanów się, co stanowi podstawę egzystencji? Miejsce do spania i pieniądze, za które możesz kupić pożywienie i odzież. Nie ma wyjścia, musisz się podnieść z dna i zawalczyć o swoje. To bardzo trudne, zwłaszcza że do tej walki włączasz emocje. Nie da się wszystkiego załatwić bez stresu, zmagania, ale musisz być silna! Zrób to dla swoich dzieci, na pewno potrafisz! Musisz w to tylko uwierzyć. Ja jestem zupełnie zwyczajną kobietą i zrobiłam to! Naprawdę jestem z siebie dumna. Ty też to zrobisz, zaufaj mi. Uda Ci się, jestem tego pewna.

Jak sobie poradziłam? Może nie idealnie, ale kompromis czasem jest więcej wart niż wieloletnie kłótnie o majątek. Wzięłam jakąś 1/4 wartości naszego wspólnego domu, po to tylko, aby zamknąć ten rozdział życia jak najszybciej, aby nie tracić energii i sił na bezsensowną walkę, aby pokazać, że nie będę niszczyć człowieka, z którym przeżyłam 10 lat swojego życia, człowieka, który jest ojcem moich dzieci. Może ktoś powiedzieć, że to naiwność, głupota, ale ja wiem, że spokój ducha i wiara w to, że On się po prostu pogubił pomogły mi przez to przejść. Ta 1/4 majątku pozwoliła mi na zakup własnego mieszkania, niewielkiego, ale to nic. To był pierwszy krok do samodzielności i moje pierwsze całkowicie własne mieszkanie. Ten moment pokazał, że mogę osiągnąć to, czego chcę. Uwierzyć, że zmiana mojego życia jest do zrealizowania, że dam radę, że jestem silna, nawet skąpiana we łzach.

Kolejny krok to zapewnienie nam utrzymania. Nie lada wyzwanie, biorąc pod uwagę, że przez ostatnie 10 lat byłam po prostu kurą domową. Po zastanowieniu się nad sytuacją, postanowiłam zrobić plan.

Najpierw zabezpieczenia doraźne: czyli zasitek, zapomoga, alimenty. Potem szukanie stałej pracy i podnoszenie kwalifikacji. Największy problem to rozpoczęte studia. Ale udało się, skończyłam i zostałam panią magister. Znalazłam kurs komputerowy dla matek samotnie wychowujących dzieci w Teresinie koło Warszawy.

3-tygodniowy pobyt z dziećmi z wyżywieniem, wówczas za około 350 zł. Pewnie teraz też coś organizują, musisz poszukać w organizacjach kobiecych. Wyjechałam też na kolonie z dziećmi, ja jako opiekunka, a dzieci przy okazji, kolejne 3 tygodnie. Robiłam makramy ze sznurka, swetry na drutach i próbowałam się jakoś utrzymać. Jednak to wszystko niewiele dawało.

Pracy nie mogłam znaleźć przez dwa lata... Na kawę chodziłam do przyjaciółki, bo nie stać mnie było na jej zakup. Czasem bywało tak, że nagle sól jest potrzebna do wszystkiego, a w domu nic nie ma. Bywało tak, że sama nie zjadłam, żeby dać dzieciom. Przerabianie ubrań swoich na dzieci to norma. Dwa lata mijają, a dzieci rosną, nie ma w domu ubrań, telefonu, nie wylewasz wody z wanny, bo może się przydać do prania, do mycia podłogi, do splukania WC. Zdarza Ci się przyjąć zaproszenie na obiad od przyjaciółki, która sama niewiele ma, ale chce Ci pomóc. Co zrobisz dalej? Poddasz się? Nie możesz, masz dzieci, nie Ty jesteś tu najważniejsza...

Takim przelotowym momentem, który uświadomił mi, że moje życie leży w moich rękach była sytuacja dnia codziennego. Stałam, jak co miesiąc, w kolejce po zasitek, parę groszy na życie. Swoją drogą, ciekawe jak ktoś z rządzących naszym krajem wyżyłby za 400 zł cały miesiąc. Wracając do tematu - stałam w tej kolejce i przyglądałam się innym ludziom obok. To niezwykła mieszanka ludzkich losów, emocji: cierpień, ubóstwa, chorób, ale też alkoholizmu, depresji, beznadziei. Czy byłaś kiedyś w takim otoczeniu ludzi, a może jesteś teraz? Rozejrzyj się. Czy

uważasz, że jesteś jedną z nich? Czy masz dość wiary w siebie, żeby odmienić swój los, nie upaść na samo dno i w rozpacz? Jesteś zdrowa? To już coś! Nie poddajesz się zwątpieniu? To kolejny krok. Czy Twoje dzieci poradzą sobie same? Nie. Musisz walczyć! To jedyna droga, żeby nie podzielić losu tych ludzi z kolejki po zasiłek. Pamiętaj o tym.

Co dalej? No cóż, kolejny zakręt. Skoro nie ma pracy tu gdzie jestem, poszukam dalej. Znalazłam! W innym mieście. Podjęłam decyzję o pozostawieniu naprawdę wspaniałych przyjaciół i wędrownce w nieznaną. Sprzedałam mieszkanie i kupiłam kolejne. Nie uwierzysz - większe, ładniejsze, z dala od byłego. To nie znaczy, że wszystko poszło szybko i przyjemnie. Nieźle się natrudziłam. Musiałam znaleźć kupca i sprzedającego, mieć oczy otwarte na oścież, być czujna, ostrożna i stanowcza. To nie było łatwe. Ale w końcu się wyprowadziłam. W tym nowym miejscu na ziemi dostałam pracę w swoim zawodzie. Pensja była początkowo niewielka, ale to i tak więcej niż zasiłek czy zapomoga. Zaczęłam znowu wierzyć, że dam radę, że nie będę już głodna, że moje dzieci będą miały nowe ubrania, że to będzie początek dobrego startu w nowe życie po rozwodzie. Dzisiaj wiem, że było warto podjąć ryzyko! Odnalazłam się w tej pracy, lubię ją. Pensja wzrosła przez kilka kolejnych lat, a mnie stać na podstawowe potrzeby naszej rodziny. Zrobiłam to!!! Zmieniłam swoje życie i jestem z tego dumna. Naprawdę się udało!!!

## 15. Blokady rozwoju

Zauważyłam, że podstawową blokadą mojego rozwoju są finanse. Ciągłe ta sfera mojego życia pozostawia wiele do życzenia. Jeśli chcesz się rozwijać, musisz mieć za co. Wszystkie kursy, szkolenia, warsztaty sporo kosztują. Natomiast codzienne życie, jak wszyscy wiemy, zmusza nas do wielu wyborów. Buty dla syna czy kurs pisanie ofert, wycieczka szkolna czy kurs e-biznesu itd... Bardzo trudne wybory, w których zazwyczaj wygrywają buty i wycieczki szkolne dla dzieci. Zwłaszcza, że dzieci w naszym życiu zajmują pierwszoplanowe miejsce. Samotna matka nie może sobie pozwolić na pełną samorealizację, wg potrzeb. Ale może starać się dojść do celu innymi drogami. Może bardziej okrężnymi, dłuższymi, jednak to zawsze kroki do przodu. Sam fakt, że nie stoimy w miejscu to już mały sukces!

Inną blokadę stanowią często otaczający ludzie, którzy zniechęcają Cię do takich, wykraczających poza normę ogólnokulturową, działań. Samotna matka wg powszechnej opinii powinna pracować i zajmować się domem, dziećmi, udzielać towarzysko i intensywnie szukać drugiej połowy. Sporo osób, z dobrej woli - wg siebie, stara się pomóc w poznaniu kogoś, swaty to norma, ubolewanie nad faktem mojej samotności to już przesada. A przecież kobieta samotna to osoba, która musi wszystko zrobić sama, po pracy ugotować obiad, zrobić zakupy, posprzątać, uprać, dopilnować dzieci. Powiecie, że każda kobieta tak ma, ale nie każda chce się dalej rozwijać, dodatkowa praca w wydawnictwie, przy stronie WWW, doskonalenie siebie poprzez książki, naukę... Doba ma tylko 24 godz. Kiedy znaleźć czas dla faceta, który na dodatek ma własne życie, własne pasje... Jeśli nie spełniasz tych oczekiwań

środowiska, jesteś co najmniej dziwna. No bo co można robić w domu tyle godzin? Jak się ma dwóch nastolatków i pasje w życiu to można bardzo wiele i bardzo długo.

Tak więc opinie ludzi, którzy Cię otaczają są pewnym hamulcem działań. Słyszę: po co Ci to, wyjdź z domu, idź do ludzi. To mnie wkurza. Nie jestem typem osoby, która z jednej kawy u jednej koleżanki leci za chwilę do następnej. Bo takie życie na co dzień to strata czasu. Owszem, czasami to robię, ale nie bez przerwy. Rozumiem, że nie można żyć samymi obowiązkami, ale zbyt dużo przyjemności moim zdaniem rozleniwia i najchętniej tylko byśmy siedzieli na trawce, popijali piwo i plotkowali o sąsiadach. Co to ma wspólnego z przyjemnością? Nie wiem. Dla mnie kawa w dobrym towarzystwie sprawdzonych przyjaciół ma wartość nie do przecenienia. Natomiast luźne kontakty towarzyskie są dobre na chwilę, w pracy, w sklepie, w kolejce itp. Nie można całe życie gonić za drugą połówką i jakimkolwiek kontaktem z kimkolwiek dla rozrywki, zapelnienia czasu czy po prostu z nudów. Człowiek, który się nudzi to człowiek bez pasji, to ktoś, kto opiera swoje życie na innych, uzależnia je od innych, zawiesza się na innych. To jakiś absurd! Wyzwolenie się z takiego zaklętego kręgu to nie lada wyzwanie...

## 16. Bądź animatorem swojego życia

Gorąco namawiam do zmian. Można to zrobić nawet w przypadku początkowego braku wiary w sukces. Każdy mały ruch do przodu powoduje jakąś magię w naszym życiu, bardzo powoli zaczynają się transformacje, ostrożnie wkraczają w nasze życie, ale kiedy się już pojawią, nasza wiara w sukces rośnie. Po pewnym czasie nagle okazuje się, jak wiele zrobiliśmy, jak bardzo poprawiliśmy nasz los, zaczynamy ufać, że jesteśmy coś warci. Wola działania to podstawa, bez tego nic się nie zmieni.

Jeśli brakuje Ci motywacji do działania, przeczytaj choćby:

1. [Motywacja bez Granic](#)
2. [Odrodzenie Feniksa](#)
3. [Dobry start](#)
4. [Efekt motyla](#)

To tak dobre publikacje, że powinny Cię zmotywować solidnie. Przeczytaj, a potem bierz się do działania. Zrób coś, co sprawi, że Twoje życie nabierze barw :-)

Nieważne ile masz lat, można zmienić swoje życie w każdym wieku! Właściwa liczba zmian może dodać nam sił...

**Przykładem może być orzeł  
zachęcający młode do opuszczenia gniazda i latania.**

Orlątko chce pozostać w gnieździe i być karmione, jednak wówczas nie mogłoby korzystać ze swych wielkich skrzydeł ani cieszyć się lataniem wysoko w chmurach, do czego zostało stworzone. Każdemu z nas wygodnie jest w naszym małym gniazdku - tak ciężko pracowaliśmy, aby je uwić. Dlatego jesteśmy niezadowoleni, gdy coś wytrąca nas z niego, nie chcemy podejmować wyzwań, jakie stawiają przed nami zmiany. Pomyśl jednak, jak pięknie może być, kiedy rozłożysz skrzydła i zaczniesz latać...

## 20. Anioły w ludzkiej postaci

Kiedy się dobrze zastanowimy nad naszym życiem można uświadomić sobie sytuacje, w których działanie innych ludzi pomogło nam wyjść z kłopotu. Ci ludzie zjawiają się na naszej drodze zazwyczaj przypadkowo i akurat mogą nam pomóc. My zaś, dokładnie w tym momencie mamy ochotę na szczerą rozmowę i wyjawienie swojego kłopotu, co nie zdarza się zbyt często. Właściwa osoba spotkana we właściwym momencie potrafi jednym gestem, słowem czy zdaniem wpłynąć pozytywnie na bieg wydarzeń w naszym życiu. Ezoteryka twierdzi, że to działanie aniołów poprzez człowieka, aniołów, które w ten sposób krzyżują plany ciemnym mocom.

W moim życiu zdarzyło się parę takich sytuacji. Kilka z nich przedstawię:

1. Było ciemno, wracałam ze studiów, ktoś za mną szedł coraz szybciej, potem biegł, przestraszyłam się. Nagle pojawiło się dwoje młodych ludzi i sytuacja zupełnie się zmieniła.
2. Kiedy byłam załamana, bliska depresji, spotkałam dziewczynę, która jednym zdaniem sprowadziła mnie na ziemię.
3. Załatwiłam sobie szkolenie komputerowe, żeby dojechać na czas musiałam wyjść z domu o 6 rano. Przedszkole było czynne od 7 rano. Spotkałam znajomą kobietę mieszkającą niedaleko, opowiedziałam jej swój kłopot, a ona zaoferowała pomoc. Przez 7 tyg. zajmowała się moimi

dziećmi przez godzinę rano od 6-7, a potem zaprowadzała je do przedszkola, za darmo. Dzieci były zachwycone jej opieką.

4. W moim mieszkaniu był problem z elektrycznością. Gniazdka nie działały albo „odlatywały” ze ścian, korki starego typu „straszyły”, a przewody od lamp sterczały samotnie. Nie znam się na tym, boję się prądu. Kiedyś próbowałam podłączyć kilka kabli, żeby telefon zadziałał, po dwóch godzinach, metodą prób i błędów - udało mi się, to była dopiero radość! Ale prąd to już zbyt poważna sprawa na zabawę. Poprosiłam o pomoc fachowców. Jeden naprawił gniazdka, inny korki. Ze strachem czekałam na rachunek, nie wzięli ani grosza...

Czasem świadomie, czasem nieświadomie obcy ludzie pomagają innym zupełnie spontanicznie. Może faktycznie to anioły w ludzkiej postaci...

## Część IV

**"PROCES WYZNACZANIA CELÓW  
MOŻE NAM UŁATWIĆ ZROZUMIENIE,  
CZEGO OCZEKUJEMY OD ŻYCIA"**

Shakti Gawain

## Wskazówka I

### MUSISZ „WSIAŚĆ DO WŁAŚCIWEGO POCIĄGU”

Na pewno wiesz co oznacza słowo „inspiracja” - dać w coś, natchnąć, czyli mówiąc potocznie - złapać wiatr w żagle. Jest to coś, co budzi w nas chęć do życia, pragnienie nowych dokonań i zasiania ziarna, z którego wyrosną przyszłe dzieła...

Jeżeli po przeczytaniu tego poradnika poczułaś choć „mały powiew wiatru”, spróbuj ruszyć do przodu i zmieniaj swoje życie wg własnych potrzeb. Rozejrzyj się wokół siebie, czy „wsiadłaś do właściwego pociągu”? Jak Ci się podoba rzeczywistość, w której funkcjonujesz? Być może wystarczy „zmienić przedział w pociągu”, być może „cały kierunek jazdy”... Co to oznacza? Musisz „pociągnąć za hamulec bezpieczeństwa”, zaryzykować i wysiąść. To nie jest łatwe, ale tylko wówczas „wsiądziesz do innego pociągu”, który Cię zawiezie tam, gdzie chcesz!

Skąd masz wiedzieć, gdzie jesteś i dokąd jedzie „Twój pociąg”? Zrób mały eksperyment: weź kartkę papieru, sporą i podziel ją na trzy części - pionowe kolumny. Zatytułuj je: rzeczywistość, działanie, marzenia. Wpisz w pierwszej kolumnie wszystko, co Ciebie dotyczy i co Cię otacza, przykłady niżej:

RZECZYWISTOŚĆ	DZIAŁANIE	MARZENIA
Mój wygląd		
Moje zdrowie		
Moja rodzina		
Moja praca		
Moje finanse		

Tak przygotowaną tabelę musisz wypełnić. Nie śpiesz się. Dokładnie opisz część dotyczącą Twojej rzeczywistości, to co jest teraz, szczerze. Teraz wypełnij trzecią rubrykę - marzenia. Przypomnij je sobie, na pewno masz ich wiele, rozwiń wizję przyszłości do granic możliwości. Kiedy już uda Ci się to, zastanów się co można zrobić, żeby zamienić rzeczywistość na marzenia. Wypisz wszystko, co Ci przyjdzie do głowy, nawet jeśli teraz wydaje Ci się to nierealne.

Po tym ćwiczeniu już wiesz, czy jedziesz właściwym pociągiem czy nie. Czy ogólny kierunek jest właściwy, czy nie. Jak śpiewa Maryla Rodowicz:

**„Nawet kiedy cel szalony - to nie warto z boku stać!”**

## Jak skorzystać z wiedzy zawartej w pełnej wersji ebooka?

Sprawdź jak bardzo można wpłynąć na swoje życie i jego rozwój - w pełnej wersji ebooka autorka podaje wiele motywujących przykładów, dzięki którym uwierzysz, że nawet najtrudniejsze życiowe doświadczenia mogą stać się dla Ciebie źródłem siły i motorem do zmian.

Zapoznaj się z opisem na stronie:

<http://kobieta-sukcesu.zlotemysli.pl>

Jak odkryć i wykorzystać swój ogromny potencjał,  
podnieść się z każdej życiowej sytuacji  
i pokazać wszystkim na co Cię stać?



## POLECAMY TAKŻE PORADNIKI:

### Efekt Motyla - Kamil Cebulski



***Jak jedna decyzja może wpłynąć na całe Twoje życie i zaważyć nad biedą lub bogactwem?***

Poznaj młodego człowieka, z niewielkiej miejscowości, który w wieku 21 lat przekroczył barierę 1 miliona złotych obrotu w swojej firmie internetowej... i chce się podzielić z Tobą swoimi niezwykle wartościowymi doświadczeniami oraz przemyśleniami.

Więcej o tym poradniku przeczytasz na stronie:  
<http://efekt-motyła.zlotemysli.pl>

*„Serdecznie polecam książkę. Szczególnie ludziom, którzy nie wierzą w to, że w Polsce można dobrze zarobić. Książka pokazuje realia - a konkretnie przekazuje to, że ciężka praca jest początkiem osiągnięcia sukcesu. Naprawdę warto skorzystać z rad Kamila Cebulskiego, gdyż jest on żywym dowodem swojego sukcesu.”*

Wiesław Tabaka 22 lata, absolwent studiów wyższych

### Odrodzenie Feniksa - Nikodem Marszałek



***Poznaj sekrety zwykłych ludzi, którzy osiągają niezwykle rezultaty***

Bycie zwycięzcą jest nastawieniem, sposobem życia. „Odrodzenie Feniksa” to naukowe podejście i jednocześnie ćwiczenie jakie powinieneś poznać. Jeżeli rozpoznasz i zaczniesz rozwijać to co już masz - zadziwisz innych.

Więcej o tym poradniku przeczytasz na stronie:  
<http://feniks.zlotemysli.pl>

*„To jest to czego mi było potrzeba. Polecam tego ebooka wszystkim, którzy nie wiedzą jak i co zrobić ze swoim życiem.”*

Michał Waszczyk, student

Zobacz pełen katalog naszych praktycznych poradników  
na stronie [www.zlotemysli.pl](http://www.zlotemysli.pl)