

Postrzegaj wyzwania jako okazji do nauczenia się czegoś

Jeśli unikasz wyzwań i uciekasz przed problemami, to nigdy nie będziesz miał okazji przekonać się, ile jesteś wart. Tylko w ten sposób zaliczysz kolejny punkt kontrolny w wyścigu o lepsze jutro.

Przyznawaj się do błędu

To absolutnie jedna z najważniejszych cech. Ci, którzy nie są w stanie tego zaakceptować, skazują się na porażkę. Pycha zgubiła już niejednego - np. biblijnego Goliata i Napoleona Bonaparte.

Bądź pewny siebie i konsekwentny

Niepewność jest zasadniczym elementem porażki, toteż jeśli jesteś przekonany że masz rację, nie cofaj się. Jedną z oznak dojrzałości jest to, że wiesz kiedy warto upierać się przy swoim.

Masuj mózg

Twój mózg nieużywany pracuje gorzej niż maluch na gaz. Wyćwiczony mózg jest ci potrzebny do trzeźwej oceny sytuacji, wczucia się w realność przeżyć i rozwoju własnej świadomości. Rozmawiaj z inteligentnymi ludźmi, czytaj, słuchaj muzyki klasycznej i medytuj.

Uprawiaj seks

Enjoy the moment!

Podróżuj

Widok pustyni Atakama, oceanu o wschodzie czy Kaukazu nie tylko zapiera dech w piersiach, ale także pozwala złapać dystans do biegnącej w kółko rzeczywistości. Oceń swoje postępowanie i docenić jak bardzo ważne i piękne są chwile.