

# Az élet nem küzdelem IV.

## A küzdők slágerlistája

Az alábbiakban folytatjuk a küzdelem tizenegy leggyakoribb okának felsorolását - a Küzdők Slágerlistáját.

Vonatkozik rád bármelyik ezek közül? Ha igen, járjunk a végére. A következő szakaszban hatékony akciótervet ismertetek annak érdekében, hogy sikeresen túllépj rajta.

### A küzdők gyakran nem képesek koncentrálni

A koncentráció kulcsfontosságú az egyéni gyarapodás, fejlődés szempontjából. Minden más jelentéktelen. Erőd ott van, ahol a tudatod. Ha arra összpontosítasz, amit éppen csinálsz, nemcsak, hogy több eredménye lesz mindennek, amit teszel: minden külső és belső erőd erősíti cselekedeteidet.

Az elme után koncentrálni; a legtöbb ember nem is képes egy percnél tovább egyetlen gondolat mellett kitartani. Mármost, ha figyelmed lézersugarát egy meghatározott irányba fordítod, energiád abba az irányba koncentrálódik. Ha tizenöt másodperc múlva eltereli figyelmedet egy gondolat - „Kikapcsoltam vajon a vasalót?” -, akkor befektetett energiád elvész.

Ha kitéröl egy célt, néhány másodpercig koncentrálsz rá, aztán elterelődik a figyelmed, ha változó intenzitással összpontosítasz, akkor a világmindenség egyetemes törvényei tévóva, szaggatott adást vesznek felőled, és fogalmuk sem lesz, mi a fenét akarsz tulajdonképpen.

A sikeres emberek értelmes cselekvési tervet állítanak fel, és arra koncentrálnak, míg meg nem valósul. Akkor felállítanak egy újabbat. Míg egy ötlettel foglalkoznak, arra fordítják teljes figyelmüket, tudatuk minden erejét abba fektetik bele, míg végül valósággá válik.

Figyeld meg, milyen játékot játszik veled az elmed. Gyakran fordul elő, hogy elkezdünk dolgozni valamin, aztán tizenöt perc múlva az elme megszólal: - Hú, de utálok ezzel foglalkozni. Igyunk inkább egy kávét -, azzal az ügy már félre is van téve. Vagy megszólal a telefon. A hívónak fogalma sincs arról, mivel foglalkozunk éppen. Ő abból kiindulva cselekszik, hogy szükségét érzi a velünk való beszélgetésnek. Mi pedig a telefonhívást ürügyként használjuk fel arra, hogy elterelje a figyelmünket, ahelyett, hogy azt mondanánk: - Kösz, hogy hívtál, de most nem tudok beszélgetni. Hívj vissza később.

A koncentráció által megnövekszik az erőd. Szoktasd rá elmédet, hogy koncentráljon, és máris megnyertél egy csatát a küzdelem ellen.

### A küzdők gyatrán eltervezett életet élnek

Te vagy a tábornok. Készíts haditervet, és koncentrálj rá, de engedd meg azt is, hogy az élet áramlatai, fuvallatai más területekre is átsodorjanak. Életedet

megtervezni - ez fegyelem kérdése. Szükséged van bizonyos dolgokra, és ezeket meg is érdemled. De hogyan tehetsz szert rájuk a lehető legkisebb erőfeszítéssel? Úgy, hogy elhagyod a fölösleget. Hajítsd ki a túlsúlyt, és egyszerű életmóddhoz ragaszkodj. Állandóan mérlegeld a körülményeket, hogy mindig meg tudd állapítani, mi mennyi erőfeszítést ér meg. Gyakran fogod azt tapasztalni, hogy semennyit.

### A küzdők nem tartanak rendet

Hogy túllépj a küzdelem, rendet kell teremned. Különbözőben elfolyik az energiád, a zűrzavar fölemészti az idődet.

### A küzdők a piacon nem tanúsítanak célirányos viselkedést

Tudat vagy, lélek vagy, de egyszersmind testtel rendelkező, fizikai lény is. Eljön az az idő, amikor alkotóerődöt el kell vinned az emberek közé, hogy eladd nekik. Ehhez célirányos viselkedést kell tanúsítanod a piacon. A küzdők nem szeretik a célirányos viselkedést. Pedig azáltal szerezheted meg, amit akarsz.

## Felhagyni a küzdelemmel

Nem adhat sz értékebb ajándékot önmagadnak és környezeteknek, mint ha elhatározod, hogy felhagysz a küzdelemmel, a küzdelem ugyanis áldatlan háború, amelyet önmagad ellen vívsz.

Nem természetes. Felsorolok nyolc szempontot: ezeket kellene megháynodvetned magadban, miközben a küzdelem felől a teljes szabadság felé tartasz.

### Vélemény

Ami az egyik ember számára küzdelem, az a másiknak csupán hangyányi erőfeszítés. A küzdelem mindig abból fakad, hogy miként érzel valamivel kapcsolatban - azaz a véleményedről.

Át- meg átszövik a negatív érzelmek. Ahhoz, hogy felhagj a küzdelemmel, rá kell szoknod, hogy minden egyes alkalommal fölteszed magadnak a kérdést: milyen mögöttes érzelmek húzódnak meg bennem? Mi a véleményem?

Előfordulhat, hogy nincs is szó küzdelemről, és nem is kell mást tenned, mint egy picit módosítani azon, ahogy a dolgot szemléled. Az efféle módosítást többnyire könnyen és egyszerűen végre lehet hajtani.

### Időzítés

Ha a dolgok nem folyamként mennek előre, tedd fel magadnak a kérdést: „Túl gyorsan haladok?”

Vagy túl lassan? Most jött el ennek az ideje?” Nagyszerű ötletek is megbukhatnak, ha nem a megfelelő időpontban kerülnek elő. Az ötletek megvalósítása általában tovább tart, mint várnánk. Ennek az az oka, hogy gondolkodni gyorsabban tudunk, mint cselekedni. Az ötleteknek tehát idő kell, hogy kikeljenek a tojásból, különösen akkor, ha álmaid valóra váltásához mások segítségére is szükséged van. Idő kell, hogy hozzászokjanak az ötletedhez, és a magukéva tegyék, hogy túljussanak a saját megfontolásaikon, kialakítsák saját véleményüket.

Olykor túl lassan haladsz előre. Lehet, hogy az eltökéltség hiánya miatt, de az is lehet, hogy közönséges lustaságból. Ahhoz, hogy az életed működjék, teljesen szembe kell fordulnod veled, működőképes tervvel kell elindulnod, és bíznod kell a Nagy Szellemben, hogy megteszi a magáét. De indulj el célod felé, még akkor is, ha nagyon távolinak látod. Senki nem fog a vállára venni. Az utat magadnak kell megtenned.

Fokozatosan közelítve a cél felé, élvezd az utazást, és szüntelenül figyelj: cselekedeteid összhangban állnak-e azzal, ami elősegíti vágyad megvalósulását.

### Szereposztás

A világon ez idő szerint körülbelül ötmilliárd ember él. Ők a játszó személyek; őket toborozhatod segítőid hadába. Sokan közülük alkalmatlanok, sokan pedig nagyon el vannak foglalva saját hadjáratuk sikerre vitelével.

Néhányan azonban nagyon is megfelelőek. Ahhoz, hogy felhagj a küzdelemmel, először is képesé kell válnod arra, hogy elfogadd mások segítségét, másodsor pedig gondosan meg kell válogatnod a szereplőket. Ha olyan hadjáratban találsz magad, ahol a résztvevők köre eleve meg van szabva, nagyon ravasz tábornokká kell válnod, hogy embereidből az adott körülmények között, az adott cél érdekében, az adott költségvetésen belül a lehető legtöbbet ki tud hozni.

Matematikai bizonyosság, hogy az életedben felbukkanó emberek többségét végül el fogod engedni. Hajlamosak vagyunk azt hinni, hogy CSAK azok az emberek a játszó személyek, akik máris a környezetünkhöz tartoznak. Szó sincs róla.

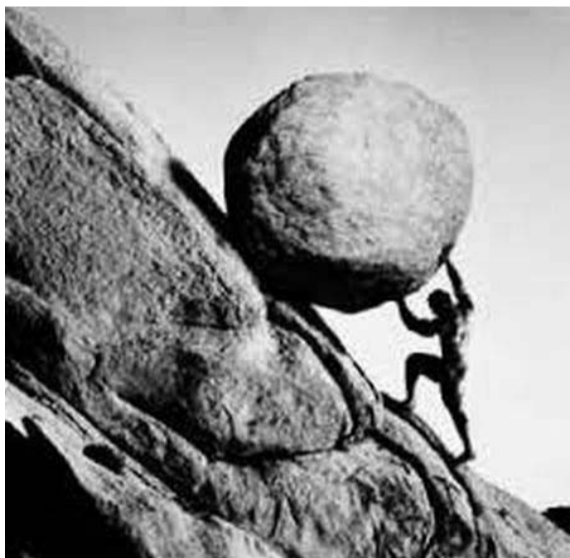
Annak idején úgy gondoltam: ha nem tudok össze-melegedni a környékbeli sráccokkal, nem lesznek barátaim. Ezért iparkodtam alkalmazkodni az elvárásaikhoz, vagy amit annak véltem.

Pedig az az igazság, hogy a világon milliós szám nyüzsögnek a srákok, csak hogy ezt én kisfiúként, a magam véges látószögéből nem ismertem fel.

Ne félj elengedni azokat, akik nem felelnek meg: gyakran csak így teremtheted meg a helyet a megfelelő ember számára. Ráadásul nekik is szolgálatot teszel. Ha ugyanis nincsenek a maguk helyén, ha kilógnak a sorból, akkor a te segítségedre van szükségük ahhoz, hogy kényelmesebb helyzetbe kerüljenek.

Részlet **Stuart Wilde:**

*Az élet nem küzdelem című könyvéből*



<b>HOROSZKÓP</b>	<b>KOS (03.21.-04.20.)</b> Akármennyire fontos, hogy az ön szava legyen mindenben a meghatározó, most legyen tapintatos, diplomatikus. Az ön jegyében tartózkodó Uránusz 17-én jól kapcsolódik már a Vénuszhoz, akkortól kezdnek rendbe jönni az érzelmi dolgai.	<b>RÁK (06.22.-07.22.)</b> A Merkúr bátrabbá teszi önt, ez alkalmas arra, hogy valakihez közelebb tudjon kerülni, és akár szerelmet is vallhat neki, vagy fordítva. Ez csak jól sikerülhet, ha véletlenül mégsem tetszik önnek az illető annyira, akkor hamarosan jön valaki más - talán az igaz!	<b>MÉRLEG (09.23.-10.22.)</b> Most tényleg eleget pihenhet, helyezze kényelmbe magát, és csak azzal törődjön, hogy minél többet tudjon lazítani. A Vénusz a Skorpió jegyében áll: számíthatnia kell a feltékenységre, ne csodálkozzon azon sem, ha belekeverik néhány kínos szituációba.	<b>BAK (12.22.-01.20.)</b> Lehetséges, hogy több túlórárt kell majd vállalnia, de meg lesz ennek is a jutalma. Fontos, hogy bankszámláját gyarapítsa. Bolygóhalmozódás van az ön kapott szerelmek házában. Ha ön még a szinglik táborához tartozik, most változtathat ezen!
	<b>BIKA (04.21.-05.20.)</b> Uralkodó bolygója- november 8. után fantasztikus helyzetbe kerül, és nagyon jó üzletekhez segítheti Önt. A hónap jelszava: először a szerelem, utána a karrier. Nem kevés pénz hozhat ez a hónap, figyeljen az adódó lehetőségekre!	<b>OROSZLÁN (07.23.-08.22.)</b> A hónap első három hetében a bolygók közül heten is önt támadják. Van jó hír is: november 20-tól a Vénusz már a Nyilas jegyében az ön horoszkópjában a kedvtelések területére ér, kifejezetten kellemes napokat ígér, nemcsak az időjárásban.	<b>SKORPIÓ (10.23.-11.22.)</b> A Vénusz olyan szerelmessé teszi, amilyen régen nem volt. A Mars is lehetőséget ad arra, hogy kibéküljön a kedvesével - ha már nagyon eltávolodtak volna. Üzleti vonalon szintén jó a helyzet: megfélelítő időben sikerül a legmegfelelőbb helyen lennie.	<b>VÍZÖNTŐ (01. 21.-02.19.)</b> A hivatást jelző területen ragyog a nap, itt minden rendben zajlik, megéri a sok fáradságot. Megmutathatja feletteseinek, mi rejlik még önből. November 17-e után a kedvese szerelmét, mint egy frissítő nyári záport, úgy zúdítja majd az ön nyakába.
	<b>IKREK (05.21.-06.21.)</b> Csodálatos találkozásokban lehet része, ha van kedvese, akkor ennél jobb időszakot nem is élhetnének át. Ha egyedülálló, a Vénusz most küld önnek valakit, akivel boldog lehet! Ne adja fel, akár az interneten is találhat magának párt.	<b>SZŰZ (08.23.-09.22.)</b> Most könnyedebben köt kompromisszumot, és meg tudja érteni a többiek álláspontját is. Intelligenciája kifinomult, és nagyon jól beszél. Igazán közkedvelte válhat, csak a vitákat kerülje el lehetőség szerint.	<b>NYILAS (11.23.-12.21)</b> Ön szívesebben van egyedül, de ezt a párja nem nézi jó szemmel, a túl intenzív közelséget pedig önt bosszantja majd. A két rosszindulatú bolygó sajnos komoly megfázást is hozhat, idejében készüljön fel erre vitaminokkal, gyógynövényekkel.	<b>HALAK (02.20.-03.20)</b> Fantasztikusnak ígérkezik ez a hónap, igazán sok siker vár önre. Nagyszerű esélyeket ígérnek a bolygók: ha még nem találta meg az igazi társát, a Vénusz és a Szaturnusz garantálják, hogy nem maradhat egyedül. A Mars és a Plútó is segít önnek mindenben.