

10 misstag att undvika

En person behöver inte sitta i fängelse för att vara en fånge. Människor kan vara fångar i sina egna övertygelser, värderingar, tankar, val och idéer. Så säg till din negativitets-kommitté som träffas i ditt huvud och diskuterar att de ska sitta ner och hålla käften.

När du drömmer, dröm stort, när du tänker, tänk stora tankar och när du älskar, älska ärligt och innerligt. Lycka är ett val och det finns inga ursäkter för att inte försöka göra det allra bästa av ditt liv. Det finns inga ursäkter för att leva på ett sätt som konstant gör dig olycklig.

Här är 10 misstag att undvika:

- 1. Tror att du redan har missat din chans.** Ditt liv, med alla dess upp- och nedgångar, har gjutit och knådat dig till att bli den du är. Ditt liv har varit exakt vad det behövde vara. Tro inte att du har förlorat tid. Det tog varje situation du har stött på för att ta dig dit där du är nu. Och varje ögonblick av ditt liv, inklusive detta nu, är en nystart. Om du har modet att erkänna när du är rädd, förmågan att skratta även när du gråter, styrkan att säga ifrån, även om din röst skakar, förtroendet att be om hjälp när du behöver det och visdom att ta det när det erbjuds så har du allt du behöver för att ta dig till en bättre plats.
- 2. Använda misslyckade relationer som en ursäkt.** Livet introducerar dig inte alltid för de människor du vill träffa. Ibland sätter livet dig i kontakt med personer som du behöver möta för att hjälpa dig, såra dig, lämna dig, älska dig i syfte att successivt stärka dig till att bli den person du var ämnad att bli.
- 3. Förändra den du är för att tillfredsställa andra.** Oavsett hur högljudda andras åsikter om dig är så kan andra inte välja vem du ska vara. Frågan borde inte vara: "Varför gillar de inte mig för den jag är?" Frågan borde istället vara: "Varför slösar jag bort min tid på att oroa mig för vad de tycker om mig?" Om du inte skadar någon med dina handlingar så fortsätt framåt med ditt liv. Var glad! Var dig själv! Och om andra inte gillar det så är det deras problem och du behöver bara låta dem vara. Livet handlar inte om att behaga alla.
- 4. Står ut med negativa människor och negativt tänkande.** Det är dags att skippa all drama och de människor som skapar den. Omge dig med människor som får dig att le. Älska de människor som behandlar dig väl. Glöm det negativa och fokusera på det positiva.

10 misstag att undvika

Livet är för kort för att slösas bort på onödiga dramor och alldeles för negativa människor. Att begå misstag och falla är en del av livet men att ta sig upp och gå vidare är vad livet handlar om.

5. Fokusera all sin uppmärksamhet på en annan tid och/eller plats. Den här dagen kommer aldrig igen så njut av den och värda din tid. Det är ofta svårt att bedöma det sanna värdet av en stund innan den blir ett minne. En dag kanske du upptäcker att de små sakerna verkligen var de stora sakerna. Så lär dig att uppskatta vad du har innan tiden tvingar dig att uppskatta vad du en gång hade.


6. Fokuserar bara på det de inte har så de inte ser det de har. Det är verkligen deprimerande att hela tiden fokusera på allt det man inte har. På det sättet går du miste om glädjen över det du redan har. Så istället för att fundera över allt det som andra har men som du inte har så kan du fundera över vad du har som andra inte har.

7. Gnälla över saker du inte kan förändra. Om du inte hade fallit, skulle du aldrig ha lärt dig att komma tillbaka på fötterna. Om du inte hade varit tvungen att släppa taget och gå vidare, skulle du aldrig ha lärt dig att du har styrkan att stå på egna ben. Det bästa kommer ofta efter jobbiga stunder. Du kan antingen gå vidare eller så kan du gnälla över de saker du inte kan ändra. Hur du än väljer att göra så går livet vidare, med eller utan dig. Så lär dig av det som varit och gå sedan vidare. Du kommer alltid att växa dig starkare från smärtan om du inte låter det förstöra dig.

8. Ständigt offra din egen lycka för alla andras skull. Låt aldrig din egen lycka gå i moln i dina försök att sprida solsken över alla andra. Livet handlar inte om att göra alla andra lyckliga utan livet handlar om att vara ärlig och dela sin lycka med de man älskar.

9. Att förlora dina egna mål, drömmar och ideal. Det är en sak att veta vem du är men att verkligen vara och leva som dig själv är en annan sak. Förlora inte dig själv i denna galna värld som försöker forma dig som alla andra utan fortsatt vara trogen ditt sanna jag.

10. Att handskas med stressen som följer av att bedra andra. Om du säger att du ska göra något, gör det! Om du säger att du kommer att vara någonstans, var där! Om du säger att du känner på ett visst sätt, mena det! Om du inte kan, inte kommer, inte känner det du säger så var istället ärlig och säg som det är. Det är alltid bättre att säga sanningen. Lev på ett sådant sätt att om någon skulle prata skit om dig och ifrågasätta din karaktär så skulle ingen tro på det.



10 misstag att undvika

Och kom ihåg, livet kommer aldrig att bli perfekt hur mycket du än försöker. Även om du lägger ner både själ och hjärta i det så kommer du aldrig att uppnå perfektion. Det kommer alltid att finnas stunder av osäkerhet och det kommer alltid att finnas dagar när allt går fel. Men allt eftersom tiden går så kommer du lära dig att även de mest ofullkomliga situationer kan göras bättre med lite kärlek och skratt.