

## Granice samodoskonalenia



EWA  
ROZPĘDOWSKA

Zmiana jest znakiem naszych czasów. Nieustannie usiłujemy coś poprawić, udoskonalić, zastąpić. Staramy się przedłużyć sobie życie, dbając o zdrowe odżywianie, kondycję fizyczną i psychiczną. Przyglądamy się sobie krytycznym okiem, planując kolejne kroki ku samodoskonaleniu. Wakacje sprzyjają realizacji nawet największych wyzwań.

Dlatego w pogoni za idealną sylwetką sięgamy po drakońskie diety, w walce z nągami i zmiennymi nastrojami, poszukujemy upragnionego relaksu, wykupując pół apteki. Zapisując się na rozmaite kursy, mamy nadzieję na poprawienie umiejętności społecznych i uwolnienie drzemającego w nas ukrytego potencjału intelektualnego... Czasami nawet udaje się nam osiągnąć planowane cele. Jednakże niepokojąco często te próby zawodzą.

Doświadczając porażki, niejednokrotnie nabieramy przekonania, że jest ona efektem braku silnej woli. To tak dotkliwie rani na-

rych – mimo różnych doświadczeń życiowych – podobieństwo psychiczne dorównuje fizycznemu.

rych – mimo różnych doświadczeń życiowych – podobieństwo psychiczne dorównuje fizycznemu. Nie znaczy to jednak, że nasza natura jest w pełni zdeterminowana genetycznie. Błędem byłoby zaniechanie działań mających na celu poprawienie jakości naszego życia i trwanie w przekonaniu „jakiego mnie Panie Boże stworzyłeś, takiego mnie masz”. Takie podejście – oprócz optakanych skutków osobistych – jest zdecydowanie na rękę gigantycznemu lobby farmaceutycznemu, od niepamiętnych czasów pochylającemu się z „autentyczną” troską nad naszymi ułomnościami. Roczne gratyfikacje z tego tytułu, to w Polsce co najmniej kilka mld złotych. Zasada jest prosta – opowiedz mi o swoim problemie, a powiem ci, co musisz brać. Wybór wydaje się ogromny, gdyż apteczne półki uginają się od bezrecepturowych środków – od odchudzających po przeciwdepresyjne. Rzekomo niosą one ulgę niemal we wszystkich „dolegliwościach”. Fakt, że nie rozwiązują problemów ani nawet nie dotykają ich przyczyn, ma drugorzędne znaczenie.

Jeśli zatem czujemy potrzebę skutecznego przeprowadzenia nawet zasadniczych zmian w swoim życiu, musimy zacząć od pozyskania rzetelnej wiedzy o tym, na co mamy wpływ, a co w nas nie poddaje się naszej woli. Warto dowiedzieć się również, jak radzić sobie z tym, co niezmiennie.

rych – mimo różnych doświadczeń życiowych – podobieństwo psychiczne dorównuje fizycznemu.

rych – mimo różnych doświadczeń życiowych – podobieństwo psychiczne dorównuje fizycznemu. Nie znaczy to jednak, że nasza natura jest w pełni zdeterminowana genetycznie. Błędem byłoby zaniechanie działań mających na celu poprawienie jakości naszego życia i trwanie w przekonaniu „jakiego mnie Panie Boże stworzyłeś, takiego mnie masz”. Takie podejście – oprócz optakanych skutków osobistych – jest zdecydowanie na rękę gigantycznemu lobby farmaceutycznemu, od niepamiętnych czasów pochylającemu się z „autentyczną” troską nad naszymi ułomnościami. Roczne gratyfikacje z tego tytułu, to w Polsce co najmniej kilka mld złotych. Zasada jest prosta – opowiedz mi o swoim problemie, a powiem ci, co musisz brać. Wybór wydaje się ogromny, gdyż apteczne półki uginają się od bezrecepturowych środków – od odchudzających po przeciwdepresyjne. Rzekomo niosą one ulgę niemal we wszystkich „dolegliwościach”. Fakt, że nie rozwiązują problemów ani nawet nie dotykają ich przyczyn, ma drugorzędne znaczenie.

Jeśli zatem czujemy potrzebę skutecznego przeprowadzenia nawet zasadniczych zmian w swoim życiu, musimy zacząć od pozyskania rzetelnej wiedzy o tym, na co mamy wpływ, a co w nas nie poddaje się naszej woli. Warto dowiedzieć się również, jak radzić sobie z tym, co niezmiennie.

## W centrum uwagi.



### Luk RepSet 2CT - zestaw naprawczy dla podwójnego suchego sprzęgła.



#### Coraz więcej producentów pojazdów wykorzystuje podwójne suche sprzęgła – rynek rozwija się z ogromnym potencjałem.

Wymiana zestawu jest złożona, dlatego też zapewniamy kompleksowe wsparcie poprzez nasze unikalne rozwiązania naprawcze, które zawiera wszystkie niezbędne części do wymiany, dodatkowe narzędzia specjalne, zaawansowany program szkoleniowy oraz wszystkie niezbędne materiały informacyjne.

Masz pytania? Pomożemy Ci!  
www.repxpert.com  
www.schaeffler-aftermarket.pl



FOT. ARCHIWUM