



magazín pro zdravý životní styl, www.vimcojim.cz



[O zdraví](#) 28. 6. 2018 | Petr Žítek

Rady život nezmění. Proč dobře míněné rady nezabírají?

URL článku: magazin/clanky/o-zdravi/Rady-zivot-nezmeni.-Proc-dobre-minene-rady-nezabiraji__s10012x11024.html

Shirley Valentine, hrdinka stejnojmenné divadelní hry, nebyla šťastná, přežívala ve stereotypním manželství, ze kterého každodenní povinnosti a ubíhající roky vytlačily všechen život. Děti už dávno vylétly z hnízda a dny bezvýrazně míjely jeden za druhým. Až jí jednou kamarádka poradila, aby s ní vyrazila na dovolenou do Řecka - pláže, moře, konečně změna. Shirley odmítla. Bláznovství! A přesně tak to má mnoho lidí se změnami. Patříte mezi ně i vy?



Rady život nemění

Shirley je sice jen postava z 30 let staré divadelní hry, ale to nic nemění na

tom, že je její zážitek obecný. Jenže v životě nejde jen o neuchopené rady, ale také o neaplikované životní návody, moudra či chytré knihy. Mohou být sebelepší či sebepravdivější, ale naším životem jen prošumí a nikdy se nestanou realitou. Problém není v naší inteligenci ani v inteligenci rad. **I výborná rada nás nemusí nikam posunout.** Rada totiž sama o sobě život nemění. Proč tomu tak je?

Informační paralýza a zralost

Dnešní nadbytek informací je příčinou informační paralýzy. Člověk si jednoduše není schopen ze všech těch dobře míněných rad, pouček, vzorů, možností a mouder vybrat jen jednu cestu a té se oddat. Jenže to je jen jedna z podob toho, co je možné nazvat nezralostí. Druhá je mnohem prozaičtější, člověk k aplikování rady ještě nedozrál. **Není ostatně náhoda, že některé knihy čteme v každém životním období jinak.** Vzpomeňte si například na Malého prince - děti ho čtou jako pohádku, ale dospělí jako studnu moudrosti. Přesně tak tomu bylo i u Shirley, která radu odmítla. Nebyla na tento samostatný krok ještě zralá.

Projevy nezralosti

Pokud nejsme zralí, obvykle jen přežíváme, nemáme jasno ve vztazích, kariéře nebo rodině. Děláme chyby, narážíme na překážky, ale nejsme schopni je zcela vyřešit nebo překonat. **Vše se stále opakuje a my jen zatínáme zuby a pokračujeme dál.** Žijeme životy, které jsme si nevybrali, a nejspíš ani nevíme, jak z nich. Možná si dokonce myslíme, že to snad ani nejde - je to osud, danost, jednoduše je to tak, jak to je. Bláznovství snažit se o cokoli jiného! Právě tohle prožívala také Shirley, když přemýšlela o dovolené v cizině. Setkala se tváří v tvář se svými pochybnostmi o sobě, o svém místě v životě, zalekla se toho, co by na ten její nápad asi řekl její přízemní muž. K čemu dobrá rada, když to pro mě není?

Jak se stát zralým?

Už ve starověkém Řecku to věděli! Nápis nad vchodem do Věštírny v Delfách zněl: „**Poznej sama sebe**“. Uběhlo více než 2700 let a na platnosti toho nápisu se nic nezměnilo. Ani zralost se bez sebepoznání neobejde. Jak se tedy stát zralým?

- **Je to snadné, stačí jen dělat věci, které nás nabíjí a dávají nám smysl. Naslouchejme si a respektujme se. Takové jednoduché**

pravidlo může změnit vše!

Obhajoba před sebou je nejtěžší

Shirley Valentie nakonec do Řecka odletěla. Nikomu doma o tom však neřekla a na lednici nechala pouze vzkaz. Tak moc se bála, co by si o této její touze pomyslel její muž a děti, tak moc se bála být sama sebou. K zralosti totiž nepatří jen být sám sebou, mít své tužby a přání, to je snad to nejlehčí, ale **dokázat je také obhájit před druhými, okolím nebo před sebou samým. Jedině tak nebude náš život v područí druhých, náhody a okolností, ale nás!** Budeme na „cestě“ a jako cestovatel, kterému už samotný úsek cesty napoví, jak se obléci a co si vzít sebou, i my hned poznáme a aplikujete dobře míněnou radu nebo moudro.

Vhodná informace se okamžitě změní v čin. Zvýší se naše efektivita,lepší se naše výsledky, víc vyděláme a budeme přesně vědět, co s časem, který máme. Budeme jednoduše šťastnější. Ne náhodou už šťastná Shirley řekne: **„Byla jsem manželka, matka a teď jsem konečně zas Shirley Valentine!“** Budme i my sami sebou. To je, oč tu běží. Poté zas dobré rady padnou na úrodnou půdu!

Copyright © 2023

Vím, co jím a piju, o.p.s., www.vimcojim.cz