

ADAM MAZEK

Dzienniki

Czerwiec

2018

cz. II





- *Post „Know Your Enemy”*
- *Okładka: post "Birds"*

ZNAJ SWOJEGO WROGA

O tym, że powinniśmy znać swojego wroga, napisałem w poście „Know Your Enemy”. Mój najgorszy wróg ma konkretną narodowość, płeć, kolor skóry i swoje przekonania. Mieszka on w ściśle określonym miejscu. Mówi w konkretnym języku i żyje, tak jak żyją miliony innych ludzi na tym świecie. Czy potrafię czytać w myślach swojego największego wroga? Czy muszę podróżować po świecie, żeby go odnaleźć? Znam myśli swojego największego oponenta i wiem, że nie muszę szukać go na krańcu świata. Mój największy przeciwnik mieszka w moim umyśle i w mojej wyobraźni. Tylko ode mnie zależy, jakich metod użyję, by go ujarzmić. Również Twój najgorszy wróg żyje w Twojej głowie, umyśle i wyobraźni. Tylko od Ciebie zależy, jakich metod użyjesz, by okiełznać swojego antagonistę, żyjącego w Twojej duszy. Od nas samych zależy, czy uda nam się wygrać ze swoimi największymi, codziennymi słabościami. Najgorsze ludzkie koszmary, obawy nie są umieszczone w przestrzeni kosmicznej, gdzieś głęboko w oceanie, w amazońskiej dżungli czy też na ulicach miast.

ZNAJ SWOJEGO WROGA

Nie mieszkają one w naszym sąsiedztwie. Nie szukajmy wrogów pośród ludzi, którymi się otaczamy. Konfrontacje z innymi ludźmi to rzecz zbędna, której chcę się wyzbyc. Uważam ją za stratę czasu. Staram się postępować zgodnie z wytycznymi takich ludzi jak Seneka czy Bruce Lee. Pierwszy mówi nam, że jeśli ktoś nas uderzy, zrani, to powinniśmy nadstawić drugi policzek (nauki chrześcijańskie czerpały wiedzę z myśli starożytnego filozofa). Seneka pisał, że powinniśmy być wdzięczni za wszystkie nieszczęścia, które wydarzyły się w naszym życiu. To właśnie te niesprzyjające okoliczności hartują naszego ducha. Z drugiej strony, jedna z najbardziej znanych mądrości Bruce'a Lee mówi nam, że wszystkie niebezpieczeństwa, które pojawiają się w naszym życiu, nie powinny być przez nas traktowane, jak przeszkoda, ale jako szansa. Powinniśmy być elastyczni w naszej wyobraźni, na tyle, żeby nie traktować ciosów, które otrzymujemy, jako atak. Należałoby przystosować się do ataku w taki sam sposób, w jaki woda przyjmuje ciosy.

• *Post „Know your enemy”*





• Post „Know Your Enemy”

ZNAJ SWOJEGO WROGA

Woda przyjmuje kształt naczynia, w którym się znajduje. W związku z tym nie odczuwa zadanego ciosu, ponieważ dostosowuje się kształtem do pięści oraz do każdej innej formy, z którą się styka. Jednym z najwyższych poziomów rozwoju duchowego człowieka jest posiadanie przekonania, że atak przeprowadzony na niego (zarówno fizyczny, jak i psychiczny), taką napaścią wcale nie jest. Dlatego też nie powinniśmy koncentrować się na konfrontacjach z innymi ludźmi. Nasze najgorsze koszmary istnieją w naszych umysłach. Najgorsze demony są umieszczone w ciemnej stronie naszej duszy. Powinniśmy trenować, uczyć się i wzmacniać każdego dnia, tak żeby nasz największy wróg, który tkwi w naszym umyśle, nie mógł w żaden sposób rozwinąć skrzydeł. Fotografia, pisanie, szeroko pojęty proces tworzenia, to broń do walki z moimi wewnętrznymi demonami. Ujarzmienie swoich największych słabości, to jedno z największych wyzwaniań, jakie czeka na człowieka w jego życiu.



FLUKTUACJE

FLUKTUACJE



- *Post „Fluctuations” (również str. 4)*

Niestalność jest nieuniknioną częścią wszystkich aspektów naszego życia. Praktycznie wszystkie rzeczy, które nas otaczają, podlegają ciągłym zmianom. Jaki był punkt wyjścia do napisania postu, pt. „Fluctuations”? Waga mojego ciała. Napisałem w jednym z moich wcześniejszych postów, że na początku 2011 roku ważyłem 99 kg (~ 218 funtów), mając 178 cm wzrostu (~ 5,8 stopy). Mówiąc krótko: miałem nadwagę. Aby zredukować wagę, zacząłem regularnie pływać. W ciągu roku schudłem do 76 kg (~ 168 funtów). Od tamtej pory moja waga nieustannie waha się między 79 kg a 83 kg. Kiedy zauważyłem to wszystko, zdałem sobie sprawę, że praktycznie te same rzeczy dzieją się we wszystkich innych aspektach otaczającego nas świata. Fluktuacje są wszędzie. Wahania można łączyć na przykład z naszym samopoczuciem lub relacjami z innymi ludźmi. Rozwój i postęp w pasji, szkole, czy też szeroko pojętej karierze zawodowej również mogą się zmieniać. Jednym z wniosków, jakie przyszedł mi do głowy, jest to, że nie ma potrzeby ekscytować się, ani sukcesami, ani porażkami, które pojawiają się w naszym życiu. Nasze istnienie składa się również z wielu nieistotnych przegranych oraz drobnych zwycięstw. Stoicka filozofia starożytnego rzymskiego filozofa Seneki jest mi bliska.

FLUKTUACJE

Praktycznie każdego dnia staram się przypominać sobie wizję przedstawioną przez Senekę w jednym z jego filozoficznych tekstów. Pisał w nim o skale umieszczonej w oceanie. Śmiercionośne pioruny, huraganowe wiatry, czy też ogromne fale wzburzonego morza, nieustannie i nieubłaganie uderzają w głaz. Pomimo tych ciągłych ataków, skała pozostaje spokojna, niewzruszona, ponieważ nie odczuwa gwałtownych zawirowań dziejących się wokół niej. Seneka zachęca nas do zachowywania się podobnie jak morski głaz. Często staram się pamiętać o tej wizualizacji. Trening stoickiego spokoju jest trudny, ale myślę, że im więcej będziemy ćwiczyć, tym bardziej pewne i stabilne będzie nasze życie. Stoicyzm jest niewątpliwie jednym ze sposobów na osiągnięcie szczęścia, harmonii ducha w naszym życiu. Myśląc o zachowaniu stoickiego spokoju, należy pamiętać, że po każdej gwałtownej burzy, która może przytrafić się każdemu z nas, często wychodzi ciepłe i kojące słońce, które przywraca nadzieję na lepsze jutro. Zmienność wielu wydarzeń w życiu również jest czymś, co zazwyczaj występuje w życiu każdego człowieka. Co więcej, jestem pewien, że moja kreatywność również ulega ciągłym zmianom. Staram się, aby mój przepływ twórczy nie przekraczał pewnych maksymalnych i minimalnych granic, np. dotyczących braku aktywności artystycznej. Mam nadzieję, że mi się to uda. Życzę Ci tego samego, mój Drogi Przyjacielu. Mam nadzieję, że będziesz w stanie być kreatywnym tak długo, jak to możliwe. Najlepiej do końca życia.



• *Post „Fluctuations”*

PRZETRWANIE

Jednym z powodów, dla którego robię zdjęcia i prowadzę stronę internetową, jest słowo „przetrwanie” (post: „Survival”). Słynny polski malarz, Zdzisław Beksiński powiedział, że maluje po to, aby przetrwać. Myślę, że ze mną jest podobnie. Chciałbym wierzyć, że wszystkie moje zdjęcia i teksty przetrwają długo po mojej śmierci. Jestem przekonany, że jednym z najlepszych sposobów pozostania w pamięci potomnych jest prawidłowe wychowanie dziecka. Drugim sposobem jest tworzenie szeroko pojętej sztuki. Jeśli przyjrzymy się dziełom sztuki z przeszłości, można stwierdzić, że jest możliwe przetrwanie w swoich dziełach. Obrazy takich mistrzów, jak Hieronim Bosch czy Salvador Dali lub powieści napisane przez takich geniuszy, jak Fiodor Dostojewski, Tomasz Mann czy Stanisław Lem pozostają w pamięci ludzi na długi czas. Dlatego możemy stwierdzić, że wszyscy mamy szansę przeżyć dzięki naszej szeroko pojętej pracy i zaangażowaniu w coś, w co wierzymy. Z drugiej strony, ilu artystów (malarzy, muzyków lub pisarzy) zostało zapomnianych w przeciągu upływu lat?

• *Post „Survival”*





• *Post „Survival”*

PRZETRWANIE

Ile jest dzieł sztuki, które zostały bezpowrotnie zniszczone lub utracone w czasach niepokoju? Trudno oszacować, ile rzeczy związanych ze sztuką przypadło na zawsze. Niemniej jednak uważam, że dzisiaj, dzięki internetowi, mamy trochę większe szanse, aby przetrwać w pamięci potomnych. Czasami się zastanawiam, czy Internet, który jest nam znany w obecnym kształcie, będzie działał podobnie za sto lat. Czy Google przetrwa i będzie działało podobnie w ciągu następnych stuleci? Wydaje mi się, że tak, ale to, że coś mi się wydaje, nie oznacza, że tak właśnie będzie. Dlatego mam wątpliwości czy moje dzieła przetrwają wieki i będą dostępne online, na stronie www.adammazek.com, długo po mojej śmierci. Z drugiej strony nie wyobrażam sobie życia bez tworzenia. Dlatego wierzę w to, że przetrwam w swoich dziełach na długie lata. Wierzę, że moja artystyczna działalność ma głębszy sens. Mam nadzieję, że moje zdjęcia i teksty przetrwają wszystkie przyszłe zawirowania, które pojawią się na tej planecie i że nawet za sto lat będzie je można znaleźć dzięki internetowej wyszukiwarce.

WIEMY,
ŻE NIC
NIE
WIEMY



WIEMY, ŻE NIC NIE WIEMY



- *Post „We know that we know nothing” (również str. 10)*

O tym, że nic nie wiemy, napisałem w poście pt. „ We know that we know nothing.” Ludzie, pomimo ciągłego rozwoju wiedzy o świecie, wciąż nie mogą znaleźć odpowiedzi na wiele podstawowych i egzystencjalnych pytań. Od zarania dziejów ludzkość stara się odkrywać, poznawać, zdobywać nowe obszary. Jeden z przykładów możemy znaleźć pod koniec średniowiecza. Był to czas, kiedy Europejczycy "odkryli" Amerykę. Jest to jeden z tysiąca dowodów, że ludzie dążą do podbijania, eksplorowania i rządzenia światem. Dzisiaj wielu prawdziwie inspirujących ludzi (z pomyslowym Elonem Musk na czele) marzy o podboju Marsa. Wizjonerskie plany Elona Musk symbolicznie udowadniają, że ludzka cywilizacja nigdy nie podda się w szukaniu nowych możliwości oraz perspektyw dla naszego rozwoju. Podziwiam tego typu myślicieli-wizjonerów. Z drugiej jednak strony, wszystkie nasze działania na rzecz podboju Wszechświata można porównać, w symboliczny oraz hipotetyczny sposób, do marzeń plemienia z wyspy Północny Sentinel o zdobyciu subkontynentu indyjskiego. Załóżmy na chwilę, że to prymitywne plemię wie, że istnieje coś takiego jak subkontynent indyjski. Przypomnijmy, że Indie położone są ponad tysiąc kilometrów od wyspy Północny Sentinel.

WIEMY, ŻE NIC NIE WIEMY

Dla mnie podbój planety Mars mógłby być podobnym wyzwaniem dla ludzkości tak jak dla Sentinelczyków podbicie Indii. Czy prymitywne plemię jest w stanie ujarzmić potężne Indie? Teoretycznie tak, zawsze są jakieś szanse. A w praktyce? Zdrowy rozsądek podpowiada, że to się nigdy nie wydarzy. Załóżmy jednak na chwilę, że ludzka cywilizacja skolonizowała, „podbili” planetę Mars. Z kolei plemię z wyspy Północny Sentinel ujarzmiło Hindusów. Jaki byłby następny krok? Dla naszej cywilizacji niewątpliwie kolejnym celem byłoby podbicie kolejnej planety. W przypadku niewielkiej grupy etnicznej z małej wyspy położonej na Oceanie Indyjskim kolejnym krokiem mogłoby być zdobycie Chin. W obu przypadkach wszystkie te działania oraz kolejne kroki służące do osiągnięcia kolejnych celów mogłyby trwać praktycznie bez końca. Czy już wiesz, mój Drogi Przyjacielu, co mam na myśli, pisząc, że wiemy, że nic nie wiemy? Lądowanie na Marsie byłoby gigantycznym kamieniem milowym dla ludzkości. Niemniej jednak dla naszej galaktyki, a nawet naszego Układu Słonecznego, to wydarzenie byłoby niezauważone. Nie byłoby to nawet symbolicznym pierdnięciem naszego Układu Słonecznego. To samo dotyczy prymitywnego plemienia. Podbój subkontynentu indyjskiego byłby historycznym wydarzeniem dla plemienia z wyspy Północny Sentinel. Jednak czym takie wydarzenie byłoby wobec niewyobrażalnego ogromu oraz nieskończoności Wszechświata? Jesteśmy pyłem gwiazdnym, który myśli, że coś wie (nieustanny postęp technologiczny ma być na to dowodem), a tak naprawdę nasza wiedza i szeroko pojęte zdolności nie ogarniają tysięcznej promila zjawisk, które dzieją się we Wszechświecie.



• *Post „We know that we know nothing”*



• *Post „6 a.m.”*

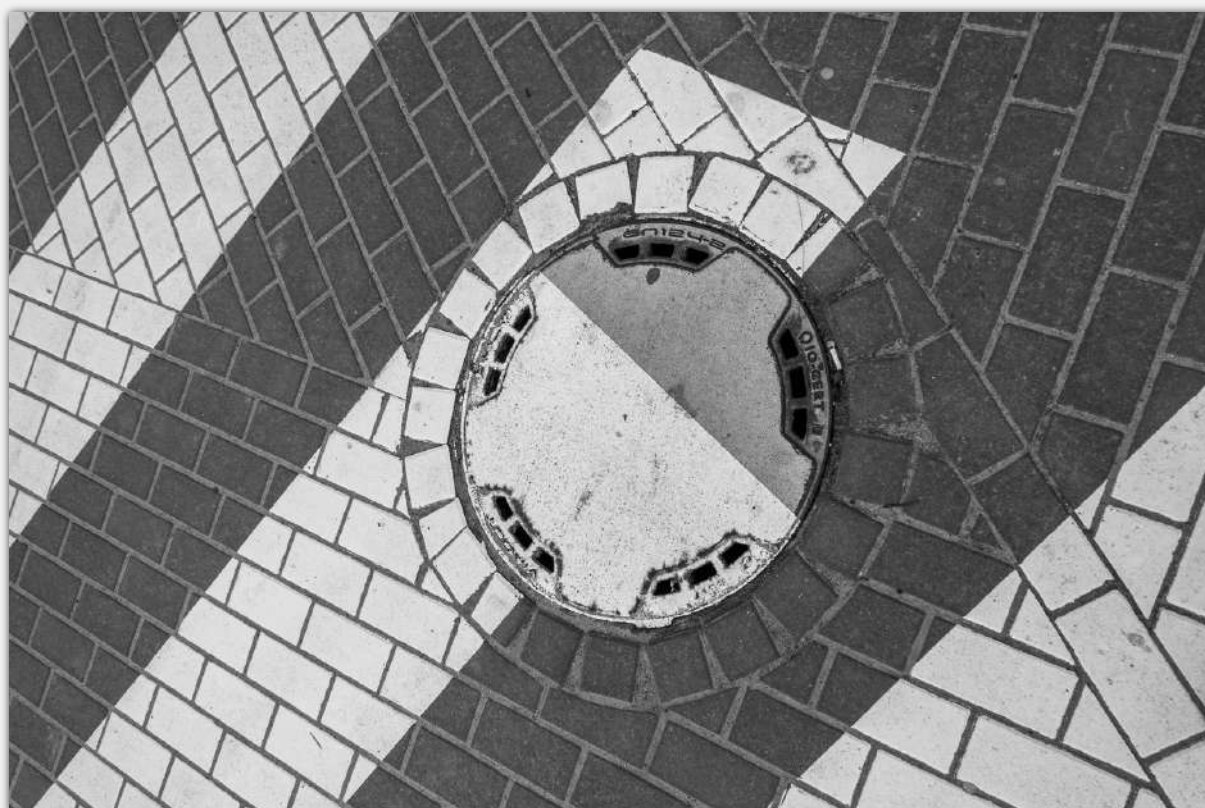
6 RANO

Kolejny post napisałem o godzinie szóstej rano (post: „6 a.m.”). Nie dziwiłem się w nim samemu sobie, dlaczego nie śpię o tej porze. Od początku marca 2018 roku zacząłem regularnie budzić się o godz. 6 rano. W jednym z poprzednich postów (Dzienniki 05.2018 cz.II), napisałem, że zrezygnowałem z picia alkoholu. Pomogło mi to poprawić ogólne funkcjonowanie podczas codziennych czynności. Zacząłem być bardziej kreatywny. Pisanie treści z dnia na dzień wychodziło mi coraz lepiej, sprawniej oraz szybciej. Po nieco dłuższym okresie bez spożywania alkoholu mogłem dodać kolejną zaletę braku picia napojów wysokokowych. Chodziło o regularny, zdrowy i głęboki sen. Faktem jest, że nigdy nie narzekałem na jakość swojego snu. Nie miałem żadnych problemów z regularnym odpoczynkiem. Co więcej, nigdy nie miałem problemów z piciem alkoholu. Piłem od dwóch do czterech piw tygodniowo. Jak na polskie standardy, to niewielka ilość. Niemniej jednak, dzięki zdobyciu nowego, regularnego rytmu snu, zyskałem nowe codzienne czynności, które wcześniej nie istniały.

6 RANO

Teraz, jak tylko się obudzę o godz. 6 rano, to daję wodę i jedzenie naszemu ślicznemu kotkowi Azorkowi. Następnie przygotowuję kawę i zaczynam pisać. Zazwyczaj jest tak, że nigdy nie wiem, o czym napiszę, dopóki nie usiądę przed komputerem. Kiedy siedzę przed laptopem, zamykam oczy, kontempluję, wyobrażam sobie różne rzeczy i nagle zaczynam pisać na temat, który mi przyjdzie do głowy. Przepływ myśli, który pojawia się w moim umyśle, przekształca się w cyfrowy zapis. Czasami, gdy brakuje mi weny twórczej, to sięgam do wcześniej napisanych „inspiracji” lub do cytatów zakreślonych zaczarowanym ołówkiem. Kiedy to robię, próbuję dowiedzieć się, czy mogę rozwinąć swoje wcześniejsze pomysły lub zacząć dyskusję ze spisanyimi myślami innych ludzi. O godz. 6 rano jest czas, żeby wrócić do moich wcześniejszych pomysłów, rozwinąć je czy też nieco zmodyfikować. Czy zawsze chciałem wstawać wcześniej rano? Tak, był okres w moim życiu, kiedy marzyłem o wstawaniu wcześniej rano. Ponadto marzyłem o rozpoczynaniu dnia w naprawdę produktywny sposób. Teraz, pisząc posty na blog o godz. 6 rano, czuję, że to właśnie robię. Mam nadzieję, że w przyszłości będę w stanie wstawać o jeszcze wcześniejszej porze. Nie marzę o tym, by stać się jak cesarz Franciszek Józef I z Austrii, który był przyzwyczajony do budzenia się i rozpoczęcia pracy o godz. 4 nad ranem. Niemniej jednak godz. 5 nad ranem wydaje mi się godziną idealną do tego, żeby wstawać i produktywnie zaczynać dzień. Czy uda mi się wejść w taki rytm życia? Mam nadzieję, że tak.

• Post „6 a.m.”



PTAKI



PTAKI

Następny post nazywał się „Birds”. Budzenie się podczas śpiewu ptaków jest jedną z najbardziej relaksujących, poruszających i uspokajających rzeczy, których człowiek może doświadczyć. To nie przypadek, że niewielka rzeźba ptaka znaleziona w jaskini w Niemczech okazała się jednym z najstarszych dzieł sztuki, jakie kiedykolwiek widziano. W książce „The Book of Symbols” wydawnictwa Taschen możemy przeczytać, że rzeźba ma tylko pięć centymetrów (dwa cale) długości. Niemniej jednak jest przekonująca w swojej prostocie. Uświadamia nam, że 30 000 lat temu ktoś był w stanie przenieść się z jednego świata do drugiego. Zewnętrzny świat zmysłów artysty zamienił się w wewnętrzny świat wyobraźni. Coś tknęło rzeźbiarza, który zaczął formować kawałek kości słoniowej w wizerunek ptaka. To właśnie akt twórczy sprawia, że jesteśmy ludźmi. Dla mnie ptaki (bez względu na to, czy są to miejskie gołębie, wrony, sokoły czy też orły) są symbolem nieziemskich praw natury. Symbolicznie łączą niebo i ziemię. Przez tysiąclecia ptaki były postrzegane jako symbol duszy. Zamieszkują one każdy zakątek naszej planety. Należą do najbardziej inteligentnych zwierząt. Kruki przykładowo tworzą narzędzia przy pomocy swoich dziobów i pazurów. Kiedy więźniowie wracają do społeczeństwa, czują się wolni jak ptak. W naszych marzeniach opuszczamy nasz przyziemny świat i stajemy się ludźmi wolnymi niczym ptak. W historii ludzkości ptaki często były postrzegane jako niebiański posłaniec, który może kontaktować się z Bogami. Gołąb na przykład jest symbolem nie tylko pokoju, ale i Ducha Świętego. Ptaki towarzyszą mi praktycznie w każdej fotograficznej wędrówce. Są bardzo wdzięcznym obiektem do fotografowania. Niestety nie wszyscy kochają ptaki. Gołębie są często uważane za uciążliwe szkodniki. Niektórzy ludzie je trują, a nawet strzelają do nich. Robią to, ponieważ postrzegają gołębie jako „latające szczury”. Ptaki, podobnie jak drzewa, reprezentują naturę w miejskim krajobrazie. Dzięki nim możemy przypomnieć sobie, że poza murami miasta jest wiele stworzeń, które czekają na to, żeby je odkryć.

- *Zdjęcia nr str 15 oraz 17: post „Birds.”*



PTAKI

RYTM CODZIENNOŚCI



RYTM CODZIENNOŚCI



- *Post „The rhythm of daily life” (również str. 18)*

O tym, że posiadanie rytmu życia codziennego jest niezbędne do skutecznego zarządzania czasem oraz energią życiową, napisałem w poście pt. „The rhythm of daily life”. Jeśli posiadamy swój rytm życia, możemy łatwiej kontrolować to, co się dzieje w naszym życiu. W poście podałem kilka przykładów. Przez siedem lat swojego życia po pracy chodziłem regularnie na basen. Czynność ta stała się moim stylem życia. Czy możesz sobie wyobrazić, mój Drogi Przyjacielu, że byłem w stanie pływać praktycznie bez przerwy (tylko z postojami na krótką toaletę) przez godzinę i czterdzieści minut? Co więcej, w szczytowej pływackiej formie byłem w stanie pływać przez ponad trzydzieści dni z rzędu. Dla mnie jest to dowód, że ludzie mogą rozwijać zdrowy rytm życia. W czerwcu 2018 roku udało mi się rozwinąć nowy rytm życia. Różnica między nowym a starym nawykiem polega na tym, że nowy łączy się ze sztuką. Oczywiście chodzi o fotografię oraz pisanie. Jak więc wygląda nowy rytm mojego codziennego życia? Jednym z punktów jest rezygnacja z picia z alkoholu. Od początku marca 2018 budzę się regularnie o 6 rano. Zaczynam dzień od napisania tekstu na bloga. Robię to praktycznie codziennie, także w weekendy.

RYTM CODZIENNOŚCI

W weekendy, po napisaniu postu, wychodzę na polowanie. Co to dokładnie znaczy? Idę robić zdjęcia. Dzięki temu wszystkiemu, do południa, w dniu wolnym od pracy, mam często zrobione wszystkie rzeczy związane z moją pasją. W drugiej części dnia mogę skupić się na mojej ukochanej Kamilce, książkach i prowadzeniu bloga. Kiedy jest dzień roboczy, po napisaniu postu idę do biura, pracować jako księgowy. Następnie, zaraz po pracy, wychodzę gdzieś, aby zrobić zdjęcia lub wrócić do domu, aby wprowadzić kolejny post na stronę internetową. Dodanie posta na bloga w drugiej części dnia to łączenie wcześniej napisanych tekstów ze zdjęciami zrobionymi w przeszłości. To jest właśnie mój nowy rytm życia codziennego. Prawdopodobnie zostanie on nieco zmodyfikowany w trakcie wakacji, ale jestem pewien, że uda mi się kontynuować go jeszcze przez długi czas. Docelowo, mam nadzieję, że będzie on trwać do końca mojego życia.



CIEŻKA PRACA

Ostatni post z czerwca 2018 r. nazywał się „Hard work”. Napisałem w nim, że wszyscy zdrowi ludzie mogą bardzo ciężko pracować. Niemniej jednak mniejszość z tych zdrowych ludzi potrafi mądrze i skutecznie odpoczywać. Pracowitość była i jest powszechnym zjawiskiem. Niestety, ale często ciężka praca kojarzyła się negatywnie, z pracą katorżniczą. Wykorzystywanie ludzi do niewolniczej pracy w starożytnym Egipcie, Grecji lub Rzymie oraz w innych regionach świata było powszechne. Nikogo wtedy nie dziwiło, że jest wielu ludzi, którzy muszą poświęcać swoje życie dla katorżniczej pracy. Faktem jest, że przez wieki ludzie zmuszali innych do ciężkiej pracy. Powinniśmy pamiętać, że wiele negatywnych przykładów ciężkiej, katorżniczej pracy możemy znaleźć w epoce nowożytnej. Są to, na przykład:

- niewolnictwo Afrykanów w obu Amerykach, które trwało od początku odkrycia „Indii Zachodnich” przez Kolumba aż do XX wieku;
- prześladowanie (m.in. poprzez zmuszanie do pracy) autochtonów przez europejskich kolonizatorów na całym świecie;

• *Post „Hard work”*





• *Post „Hard work”*

CIEŻKA PRACA

- obozy pracy założone w odległych rejonach Syberii w czasach caratu i komunizmu w Rosji;
- obozy pracy założone przez niemieckich nazistów przed wybuchem oraz w trakcie trwania II wojny światowej;
- obozy jenieckie utworzone przez Chińską Republikę Ludową Mao Zedonga;
- obozy pracy zbudowane przez Czerwonych Khmerów w Kambodży;
- obozy pracy w dzisiejszej Korei Północnej.

Powyższe przykłady są dowodem na to, że praktycznie wszystkich zdrowych ludzi można przekształcić w „maszynę” do harowania, na śmierć. Człowiek taki będzie musiał poświęcić swój byt morderczej pracy. Czasami myślę, że mogło się to przytrafić praktycznie każdemu z nas. Nikt nie dał nam możliwości decydowania o tym, kiedy i w jakim miejscu się urodzimy. Systemy oparte na pracy niewolniczej mogłyby wycisnąć ostatnią kroplę krwi z każdego obywatela.

CIEŻKA PRACA

Ten, kto nie jest w stanie wykonać ciężkiej pracy związanej z niewolnictwem, zostanie zastąpiony przez kolejnych nieszczęśników. Dlaczego pisałem o tych wszystkich rzeczach? W swoim poście chciałem podkreślić, że wszyscy zdrowi ludzie mogą bardzo ciężko pracować. Nie każdy jednak umiejętnie odpoczywa. Jeśli czytasz to wydanie „Dzienników”, mój Drogi Przyjacielu, zakładam, że nikt nie zmusza Cię do katorżniczej pracy. Prawdopodobnie ciężko pracujesz na swój byt, ale jak widać z powyższych przykładów, każdy z nas może harować do upadłego. Dlatego szczerze rekomenduję Ci skupienie się na odpowiednim odpoczynku. Prawda jest taka, że jeśli nie uzyskamy wystarczającego relaksu, nasza ciężka praca może być bezużyteczna. Jeśli potrafisz odpowiednio wypocząć, na pewno będziesz skuteczny w pracy. Niestety wielu z nas nie zwraca wystarczającej uwagi na sposób, w jaki odpoczywają. A nieszczęśnicy, którym przyszło żyć w nieodpowiednim miejscu i w nieodpowiednim czasie (przykłady podałem powyżej), zapewne dużo daliby za możliwość leżenia w ciepłym i wygodnym domku, z ukochanymi osobami przy boku, oraz z książką w dłoni. Ciężka praca jest ważna, ale nie najważniejsza. Żeby móc być skutecznym nie tylko w pracy, ale i w całym życiu, należy skupić się na odpowiednim odpoczynku.

KONIEC

• *Post „Hard work”*

