

Andrzej Kozdęba

25

RZECZY, KTÓRE POWINIENES ZROBIĆ PRZED 25 URODZINAMI

A jeśli jesteś starszy to szybko
nadrabiaj!

www.jamowie.to

Jamówię.to
www.jamowie.to

Projekt okładki:
Paweł Kozdęba | @: pawelkozdeba@wp.pl

25 rzeczy, które powinieneś zrobić przed 25 urodzinami A jeśli jesteś starszy to szybko nadrabiaj!

SPIS TREŚCI:

OD AUTORA	4
DLACZEGO WŁAŚNIE 25?	5
I: POZNAJ SMAK STUDIÓW	6
II: STWÓRZ ZWIĄZEK	7
III: WYPROWADŹ SIĘ Z DOMU	8
IV: ZNAJDŹ PRACĘ / ZAŁÓŻ FIRME	9
V: PRZEBIEGNIJ MARATON	10
VI: SZUKAJ SWOICH PASJI, A NAJLEPIEJ ZNAJDŹ JE	11
VII: IDŹ NA FESTIWAL ALBO KONCERT	12
VIII: UDAJ SIĘ W PODRÓŻ DO MIEJSCA, KTÓRE CHCESZ ZOBACZYĆ	13
XIX: WYRUSZ W PODRÓŻ AUTOSTOPEM	14
X: ZRÓB COŚ SZALONEGO	15
XI: POMÓŻ KOMUŚ W POTRZEBIE	16
XII: POWIEDZ KOMUŚ, JAK WIELE DLA CIEBIE ZNACZY	17
XIII: PRZECZYTAJ KSIĄŻKĘ	18
XIV: PRZEŻYJ PRAWDZIwą PRZYGODĘ	19
XV: ZNAJDŹ PRZYJACIÓŁ	20
XVI: ZMIEŃ W SWOIM ŻYCIU COŚ, CO CIĘ DENERWUJE	22
XVII: POPEŁNIJ BŁĄD I WYCIĄGNIJ Z NIEGO WNIOSKI	23
XVIII: ZDAJ PRAWO JAZDY	24
XIX: SPEŁNIJ SWOJE MARZENIE	25
XX: PRZEŁAM STRACH	26
XXI: NAUCZ SIĘ JĘZYKA OBCEGO	27
XXII: ŚPIJ POD NAMIOTEM	28
XXIII: ŚMIEJ SIĘ DO ŁEZ	29
XIV: PŁACZ ZE SZCZĘŚCIA	30
XV: ZNAJDŹ SWOJE WARTOŚCI	31
CZAS NA REALIZACJĘ	32

25 rzeczy, które powinieneś zrobić przed 25 urodzinami A jeśli jesteś starszy to szybko nadrabiaj!

Od autora

Lubię Tolkiena. Gdy byłem młodszy uwielbiałem Władcę Pierścieni i Hobbita. A zwyczajem Hobbitów było obdarowywanie osób w dniu własnych urodzin. Bardzo podobał mi się ten zwyczaj. Więc postanowiłem napisać e-book

25 rzeczy, które powinieneś zrobić przed 25 urodzinami

**A jeśli jesteś starszy to szybko
nadrabiaj!**

I udostępnić go wszystkim zainteresowanym za darmo.

Ku motywacji, inspiracji i chęci do realizacji celów.

Andrzej Kozdęba

www.jamowie.to

18 sierpnia 2013

Dlaczego właśnie 25?

Dlatego, że obchodzę 25 urodziny. To ćwierć wieku życia. Z jednej strony niewiele, ale z drugiej kawał czasu. Wiek, w którym większość osób wchodzi w dorosłe życie.

Co do tej pory zrobiłeś dla innych i – przede wszystkim – dla SIEBIE?

Na kolejnych stronach tego e-booka prezentuję Ci 25 rzeczy, które - moim zdaniem - każdy powinien zrobić przed 25 rokiem życia. Jak napisałem, jest to moje zdanie, więc istnieje prawdopodobieństwo, że nie zgodzisz się ze mną, w którymś punkcie. Być może nie zgodzisz się w żadnym z nich. Masz do tego prawo.

Jeśli jednak nie zgadzasz się ze mną **STWÓRZ SWOJĄ WŁASNĄ LISTĘ** i realizuj ją krok po kroku. Abyś w wieku 25 lat mógł spojrzeć na nią z uśmiechem i zrozumieć, jak fantastycznym człowiekiem jesteś.

I: Poznaj smak studiów

Najlepiej idź, ale nie jest to konieczne. Być może studia są nieprzydatne, jeżeli chodzi o wykorzystanie zdobytej na nich wiedzy w praktyce. Ale kształtują Cię jako człowieka, uczą zachowań społecznych, wprowadzają w nowy świat. Poszerzają Twój światopogląd, dają Ci masę możliwości na rozwój swoich pasji: wyjazdy zagraniczne, stypendia, organizacje studenckie. To bardzo ważne, więc jeżeli masz możliwość, to idź na studia. A jeśli bardzo będziesz chciał, to znajdziesz możliwość.

Jednak również sam kontakt ze studentem Cię zmienia. Popatrzcie na swoich rodziców, rodzeństwo, znajomych z podwórka. Jak bardzo zmieniła się komunikacja między Wami odkąd poszliście na studia. Uczycie się nawzajem swoich zachowań i prezentujecie jakąś postaw wobec nich.

Z drugiej strony, być może pozostajesz w kontakcie ze studiującym: dostosowujesz tematy, poruszasz nowe, a być może nawet modyfikujesz zdanie o swoim kumplu.

II: Stwórz związek

Związki są ważną częścią naszego życia. Nie da się wejść w związek małżeński nie będąc wcześniej w związku z tą osobą. Więc rusz tyłek i znajdź kogoś. Nie mówię, że od razu na stałe.

Większość dzieciaków poznaje smak pierwszych relacji już w gimnazjach. Ewentualnie liceach, na początku studiów. To, że masz koleżanki wcale nie znaczy, że będziesz dobrym partnerem od razu w pierwszym związku.

Bycie z drugą osobą rozwija. Uczy nas obserwowania zachowań innego człowieka w najróżniejszych, czasami bardzo intymnych, sytuacjach.

Więc otwórz się na kontakt z drugą stroną. Jeśli jesteś kobietą nie czekaj ze względu na jakieś prądawne konwenanse i zawalcz o faceta, który Ci się podoba. Jeśli jesteś mężczyzną odezwij się do tej, która Cię kręci. I nie sabotuj się swoją nieśmiałością. Dostać kosza – to też każdy powinien zrobić przed 25 rokiem życia.

III: Wyprowadź się z domu

Jeżeli tylko nie zatrzymuje Cię nieprzewidziana sytuacja powinieneś zejść z głowy swoich rodziców i zacząć prowadzić własne życie. A jeśli mieszkasz z nimi to powinieneś:

- a) Dokładać się do rachunków
- b) Samemu gotować
- c) Sprzątać po sobie, prać swoje brudy i zmywać naczynia.

Wyprowadzka z domu jest dla mnie metaforą zadbania o siebie. Potraktuj rodziców jako bardzo bliskich współlokatorów. Czyli bądź samodzielny, wyjdź spod ich opieki. A z bliskimi współlokatorami czas na rozmowach spędza się z przyjemnością.

Z drugiej strony wyprowadzając się z domu pamiętaj o rodzicach i o tym, co dla Ciebie robili przez dotychczasowe 25 lat Twojego życia. Jeżeli jesteś w większości społeczeństwa to wiele im zawdzięczasz. W każdym razie, przynajmniej dali Ci życie. I już za to bądź wdzięczny.

IV: Znajdź pracę / Załóż firmę

Jeżeli chcesz być samodzielny, a ustaliliśmy już, że przed 25 rokiem życia powinieneś, to będziesz potrzebował pracy. Ewentualnie możesz przenieść swoje życie do peruwiańskiej dżungli i tam założyć utopijną wioskę. Ale na to będziesz potrzebował pieniędzy. Czyli musisz iść do pracy.

Przed 25 rokiem życia powinieneś zarabiać pieniądze. Niezależnie od tego, czy Twoi rodzice chcą Cię wspierać. Każdy musi docenić smak własnoręcznie zarobionego szmalu, żeby nauczyć się do nich szacunku.

Czy znajdziesz stałą pracę, pracę dorywczą czy założysz własną firmę? Decyzja należy do Ciebie. Powinieneś zarabiać. Bez dwóch zdań.

V: Przebiegnij maraton

Kiedyś służba wojskowa była obowiązkowa: facet szedł do wojska, gdzie uczył się dyscypliny, samozaparca i odporności. Dzisiaj nie ma obowiązku wystawiania się na wymagający trening. Ale każdy mężczyzna powinien takie wymagania stawiać sobie sam.

Panie miały trudniej, bo one obowiązkowych szkoleń nie miały. Nie zadbano o to, żeby czuły potrzebę bycia w formie, potrzebę ćwiczenia i hartowania ducha. Więc wymyśliły wymagające diety i stawiały sobie inne cele, żeby się realizować.

Przebiegnięcie maratonu jest tutaj przykładem. Powinieneś się ruszać przed ukończeniem 25 roku życia, czynnie uprawiać sport. Amatorski sport jest naprawdę zdrowy. Widzę to po sobie. Jeśli biegasz, wyznaczaj sobie cele, jeśli grasz w piłkę, niech Twoja drużyna gra w turniejach, jeśli jeździsz na rowerze, bierz udział w zawodach. Możliwości jest naprawdę wiele, a każdy powinien być świadomy, że warto dbać w ten sposób o zdrowie.

VI: Szukaj swoich pasji, a najlepiej znajdź je

Każdy ma w życiu coś, co uwielbia robić. A jeśli jeszcze tego nie ma, to powinien tego szukać. W fantastyczny sposób opowiedział mi o tym Krzysztof, kierownik w dużej firmie: zachęcił swoją żonę, która dotychczas opiekowała się ich dzieckiem, by zaczęła szukać czegoś, co pozwoli jej się zrelaksować i odpocząć. Posłuchała go. Po wielu aerobikach, zumbach i innych typach zajęć odkryła taniec. Zakochała się w nim i trenuje go z sukcesami do dzisiejszego dnia.

To fantastyczne uczucie odnaleźć swoją pasję. Napełnia Cię niesamowitą energią, motywacją i chęcią działania. Dosłownie czekasz z pozerającą Cię od środka niecierpliwością, kiedy będziesz mógł wrócić do realizacji tego, co kochasz.

Im aktywniej będziesz szukał swojej pasji, tym szybciej ją znajdziesz. Masz wiele możliwości, a większość z nich wiąże się właśnie z 25 rzeczami, które powinieneś zrobić przed ukończeniem 25 roku życia.

VII: Idź na festiwal albo koncert

To, że muzyka jest lekarstwem dla duszy nie jest głupim frazesem, a czystą prawdą. Nie obchodzi mnie czego słuchasz, ale jeśli potrafisz zatracić się w rytmie dźwięków, to wiesz, czym jest niesamowite szczęście i jak smakuje wolność.

Słuchanie muzyki w tłumie osób uwielbiających ten sam jej rodzaj, ten sam zespół, tego samego wykonawcę. Bujanie się na boki w jej rytmie, widok skaczącego tłumu, wdech powietrza przepelnionego nutami – to niesamowite uczucia, których każdy powinien doświadczyć.

Osobiście wolałbym doświadczyć ich na festiwalu. Z pełnym rozmachem, pompą i cudowną społecznością podobnych do mnie ludzi, z którymi na pewno miałbym przynajmniej jeden temat do rozmów.

VIII: Udaj się w podróż do miejsca, które chcesz zobaczyć

Każdy z nas ma takie miejsce, które chciałby w swoim życiu odwiedzić przynajmniej raz. I wiele takich miejsc, w które chętnie by się udał. Są one rozrzucone po całym świecie. Niektóre znajdują się bardzo daleko, inne są na wyciągnięcie ręki.

W dzisiejszych czasach podróżowanie nie jest już aż tak drogie i czasochłonne jak kiedyś. Samoloty, autostrady (tak, nawet w Polsce), niekonwencjonalne metody podróżowania. W Internecie znajdziesz masę poradników, stron internetowych i blogów, które zawierają informacje dotyczące taniego podróżowania. Warto przynajmniej raz z nich skorzystać.

Wszystko jest na wyciągnięcie ręki, a czasami kosztuje naprawdę niewiele. Zresztą, jeśli bardzo chcesz odwiedzić jakieś miejsce, to prędzej czy później zajdziesz na to pieniądze. Ale potrzebna do tego jest Ci rzecz IV, o której już wiesz.

XIX: Wyrusz w podróż autostopem

Nawiązując do rzeczy VIII. Dlaczego autostop? Bo kiedy, jak nie wtedy? Jeśli nie masz 25 lat to wciąż jesteś jeszcze postrzegany jako student. A im dłużej będziesz zwlekał, tym będzie trudniej się zdecydować. Być może nawet z tego zrezygnujesz.

Autostop jest niesamowitym przeżyciem. Dla wielu będzie jednoznaczny z rzeczą X, dla innych z rzeczą XIV, a dla części również z rzeczą XXI.

Ja podczas swoich podróży poznałem wielu ciekawych ludzi i bardzo dużo się nauczyłem: cierpliwości, komunikacji, otwartości, czy nawet zwykłego języka. Autostop to styl życia, którego powinieneś posmakować. Daje niesamowitą satysfakcję.

X: Zrób coś szalonego

Masz swoje prawa! Jesteś młody i wykorzystaj to. Z niewielkimi wyjątkami ludzie z wiekiem stają się coraz bardziej poważni. Nawet jeśli wciąż prowadzą pomysłowe życie, to jednak młodociana aktywność i tak była bardziej szalona.

Skocz ze spadochronem, na bungee, zanurkuj. Być może jedna z 25 rzeczy, które powinieneś zrobić przed ukończeniem 25 roku życia będzie dla Ciebie czymś szalonym?

Każdy z nas ma swoją własną strefę komfortu i jeśli dla Ciebie czymś szalonym jest pójść na koncert, to zrób to. Poszerzysz swoje horyzonty, otworzysz się na nowe doświadczenia lub po prostu przeżyjesz fajną przygodę. Zobaczysz, że kolejne szaleństwa przyjdą o wiele łatwiej.

XI: Pomóż komuś w potrzebie

Liczy się gest. Jeżeli wierzysz w karmę to wiesz, że ona wraca. Jeśli wierzysz w jakiegokolwiek Boga to wiesz, że preferuje on dobro od zła. A jeśli nie wierzysz w nic to z pewnością rozumiesz, że dobro jest... dobre.

Czy będzie to pomaganie starszym osobom, oddawanie krwi, wzięcie udziału w WOŚPie lub innej akcji charytatywnej – wybór należy do Ciebie.

Tak naprawdę większość ludzi pomaga innym. Chcę, żebyś zdał sobie sprawę z tego, że Ty też to robisz. Zastanów się nad dobrymi rzeczami, które zrobiłeś dla innych. Jesteś naprawdę wartościowym człowiekiem, który wiele znaczy dla innych osób.

A jeśli chcesz pomóc komuś w tej chwili pomóż bratu mojego kolegi, Patrykowi. Szczegóły i numer konta znajdziesz na ostatniej stronie tego e-booka.

XII: Powiedz komuś, jak wiele dla Ciebie znaczy

Każdy jest wartościową istotą. Zbyt rzadko doceniamy to w innych ludziach. Szczególnie w tych, którzy znaczą dla nas najwięcej.

Zwykle chwalimy ludzi lub prawimy im komplementy za to, co dla nas zrobili: doceniamy ich działania, a nie ich samych. A prawdziwe poczucie wartości drugiego człowieka buduje się poprzez docenianie samego faktu, że jest, był i prawdopodobnie będzie. I tego jaki jest.

Warto wyrażać swoje uczucia i okazywać je innym. Emocje są czymś niesamowitym i nie powinniśmy ich tłumić. Kilka słów potrafi zmienić nastawienie człowieka przynajmniej na jeden dzień.

Przed 25 rokiem życia powinieneś powiedzieć komuś, ile dla ciebie znaczy przynajmniej raz. A najlepiej, jeśli robisz to jak najczęściej.

XIII: Przeczytaj książkę

Jeżeli nie przeczytałeś ani jednej książki być może właśnie dlatego masz problem z odkryciem własnej pasji. Przeczytałeś *Psa, który jeździł koleją*? To nie wystarczy. Powinieneś świadomie wybrać interesującą Cię lekturę. Książek jest cała masa i poruszają każdą tematykę. Dostęp do nich jest banalnie łatwy. Być może będzie to dla Ciebie szokiem, ale nie musisz nawet ich kupować, żeby je czytać.

Książki pobudzają nasze myślenie, poszerzają zasób słów i pozwalają odlecieć do innego świata.

Podobnie, jak z rzeczą XII, książek też powinieneś czytać jak najwięcej. Tylko na tym skorzystasz.

XIV: Przeżyj prawdziwą przygodę

Jechałem kiedyś pociągiem. Kilka sekund przed odjazdem do przedziału wpadły dwie zdyszane nauczycielki z – na oko – dziewięcioletnią uczennicą. Wracaly z wymiany z Niemiec, zgubiły resztę grupy i opiekunów podczas przesiadki. Ledwo zdążyły na pociąg. Gdy zmachane usiadły na swoich miejscach, dziewczynka powiedziała: *Ale przygoda!* Na co jedna z nauczycielek odpowiedziała: *Oj tak, przygoda życia...*

Mam nadzieję, że przed 25 rokiem życia przeżyjesz już milion o wiele lepszych przygód, a zamieszanie przy przesiadce będzie dla Ciebie jedynie powodem do śmiechu.

Podobnie, jak z robieniem czegoś szalonego, któraś z 25 rzeczy może być dla Ciebie niezwykłą przygodą. Ale myślę, że masz też własne, bardziej osobiste pomysły, które chcesz zrealizować. Więc zacznij, a jeśli nie wiesz, w jaki sposób, to zainspiruj się, zobacz jak to robią inni, zajrzyj do blogosfery. Natchnienie masz na każdym kroku.

XV: Znajdź przyjaciół

Jesteś wypadkową ludzi, z którymi się zadajesz. A według niektórych, nawet wypadkową ludzi, z którymi zadają się ludzie, z którymi Ty się zadajesz. Jakkolwiek dziwnie to nie brzmi, wpływ na Ciebie ma masa. A największy Ci, którzy są najbliżej Ciebie.

Dlatego przed 25 rokiem życia powinieneś znaleźć fenomenalnych ludzi, którzy będą Cię wspierali w Twoich szaleństwach i w trudniejszych chwilach. Nie musi to być szerokie grono. Ja mam kilkoro przyjaciół, z którymi mógłbym wleźć w każde, nawet największe bagno. Michał, Kacper, Ewelina – to o Was mówię.

Jeżeli otaczasz się ludźmi, którzy są tacy jak Ty, to realizowanie siebie i swoich pasji przychodzi o wiele łatwiej. Przecież Twoi najbliżsi lubią podobne rzeczy, interesują się tożsamymi tematami, zagłębiają podobne problemy.

Człowiek jest istotą społeczną i potrzebuje życia w grupie. Jeśli więc siedzisz w domu, to rusz się z niego, poznaj kogoś ciekawego, zbuduj relację. Nie wiesz, jak to zrobić? Znajdź pracę, zapisz się do

25 rzeczy, które powinieneś zrobić przed 25 urodzinami A jeśli jesteś starszy to szybko nadrabiaj!

stowarzyszenia, udzielaj się społecznie. Po raz kolejny to napiszę: możliwości masz wiele.

XVI: Zmień w swoim życiu coś, co Cię denerwuje

Nie wierzę, że posiadasz taki obraz siebie, w którym jesteś idealny. A jeśli tak jest, to zapytaj o Twoje wady znajomych, którzy podpowiedzą Ci, co ich wkurza. Gdy Ty zaczniesz się nad tym zastanawiać, być może i Ciebie któreś z tych zachowań zacznie denerwować. I oducz się go. Czasami jest to niesamowicie trudne, ale pozytywny rezultat daje satysfakcję i turbo-motywację.

Jesteś swoim największym przeciwnikiem. Dodatkowo lubisz stałe rzeczy. Dlatego wprowadzenie zmiany jest dla Ciebie tak trudne. Często wolimy tkwić w niewygodnym położeniu, zamiast zmienić to, co wywołuje ten stan. Bo przyzwyczaić się jest łatwiej.

Ale z takiego przyzwyczajenia nigdy nie wzięło się prawdziwe szczęście.

XVII: Popelnij błąd i wyciągnij z niego wnioski

Im więcej rzeczy spróbujesz przed 25 rokiem życia, tym mądrzejszy będziesz. I tym łatwiej podniesiesz się z ewentualnej porażki.

Każdemu czasami zdarza się ponieść porażkę. Ważne jest, by te porażki nas umacniały: żebyśmy mieli okazję ponieść klęskę i wyciągnąć z niej wnioski.

Jeżeli dobrze się zastanowisz, to na pewno znajdziesz moment, w którym się poślizgnąłeś. To nie musi być ogromne poślizgnięcie. Jeśli dobrze je przeanalizowałeś, wiesz, co robić obecnie.

XVIII: Zdaj prawo jazdy

Im dłużej będziesz zwlekał ze zrobieniem prawa jazdy, tym trudniej będzie Ci się za to zabrać. Na kurs musisz poświęcić odpowiednio dużo czasu. A im starszy jesteś, tym poczucie ograniczoności tego zasobu wzrasta. Najpierw pojawia się praca, potem żona i dzieci. A wtedy bez prawa jazdy jest już bardzo ciężko.

Dlatego nie zwlekaj z podjęciem decyzji dotyczącej zdania tego egzaminu. Mam wielu znajomych, którzy olali temat prawa jazdy zaraz po skończeniu 18 roku życia. Jeden z nich ma obecnie 23 lata, drugi 27, a trzeci 32. Wszyscy trzej chcą zdobyć licencję, ale każdy ma mało czasu, więc albo oczekują sprzyjających okoliczności albo wciskają poszczególne części kursu kosztem innych zobowiązań.

Będąc młodym masz dużo więcej czasu, żeby zająć się tą sprawą. Zrób to.

XIX: Spełnij swoje marzenie

Każdy o czymś marzy. Zwykle nie zdajemy sobie jednak sprawy z tego, że nasze marzenia znajdują się na wyciągnięcie ręki. O ile nie marzysz o zostaniu Spider-Manem, to realizacja Twojego krąży gdzieś wokół Ciebie, jak satelita. Wystarczy tylko znaleźć sposób, żeby do niej dotrzeć.

Spełnianie marzeń jest fantastyczną czynnością. I w momencie, w którym zaczniesz dążyć do ich realizacji zauważysz, jak wiele sprzyjających okoliczności, które wspierają Twoje dążenia, występuje dookoła.

Prawdą jest, że boimy się spełniać nasze marzenia. Często uważa się, że marzenie powinno zostać w sferze marzeń, bo w innym wypadku straci swój magiczny urok. Ale takie myślenie należy wyrzucić z głowy i pieprznąć je mocno młotkiem. Każdy zasługuje na realizację swoich marzeń. Każde zrealizowane powinno być zastępowane nowym. Ich spełnianie niesamowicie rozwija i dodaje energii.

XX: Przełam strach

Wszyscy się czegoś boimy. Czasami strach jest tak wielki, że blokuje nasze działania. Jedną z rzeczy, które powinieneś zrobić przed 25 urodzinami, to pokonać ten strach przynajmniej raz. A gdy pokonasz go po raz pierwszy zobaczysz, że kolejne przełamania nadejdą o wiele łatwiej i szybciej niż się tego spodziewasz.

Najlepiej zacząć od pokonywania niewielkiej obawy, aby zobaczyć, że takie przełamanie nie jest trudne. Jednak możesz też od razu spróbować pokonać ogromny, paraliżujący lęk. Nie ważne, czy boisz się porozmawiać z płcią przeciwną, wystąpić publicznie, zmienić pracę. Póki nie podejmiesz decyzji nie dowiesz się, jaki mógłby być jej rezultat.

XXI: Naucz się języka obcego

Nie jest istotne jaki język obcy wybierzesz. Uważam, że każdy powinien poznać przynajmniej jeden język obcy i opanować go w takim stopniu, który będzie pozwalał na rozmowę z obcokrajowcem.

Najprostszym i pierwszym, a również dającym najwięcej możliwości, wyborem jest język angielski. Ale nic nie stoi na przeszkodzie, byś skupił się na rosyjskim, niemieckim czy włoskim. Im bardziej dana kultura Cię interesuje, tym większe prawdopodobieństwo, że języka będziesz uczył się z przyjemnością.

Z drugiej strony znajomość języka, którym posługuje się tylko niewielki procent społeczeństwa może być dla Ciebie niezwykle atutem.

Nauka języka wcale nie musi być też płatna.

W Internecie znajdziesz wiele stron i platform, które pozwolą Ci rozwijać umiejętności mówienia, pisania i słuchania całkowicie za darmo. Dodatkowo posiadają ciekawe społeczności, które chętnie pomagają i udzielają porad.

XXII: Śpij pod namiotem

Przez bardzo długi czas nie poznałem smaku nocy spędzonej pod namiotem. Gdy mi się to w końcu udało, to cieszyłem się jak dziecko. Bo chyba każdy małeletni marzy o tym, żeby wyruszyć do lasu lub choćby na pobliską łąkę, rozbić namiot, wbić śledzie, założyć tropik i poczuć się, jak prawdziwy wojownik.

Noc spędzona samotnie w lesie jest przeżycie dla każdego małowata. Dla mnie to symbol przygody i wolności: jesteś w drodze, zatrzymujesz się i rozbijasz obóz. Nie martwisz się innymi ludźmi, bo przecież wokół Ciebie jest cicho i ciemno. Zdany jesteś na siebie i na konserwy, które zabrałeś ze sobą z domu.

Noc w namiocie uczy doceniania małych rzeczy, które na co dzień poprawiają jakość naszego życia: łożko, prysznic, czyste paznokcie – tego wszystkiego nie znajdziesz na pokrytej rosą łące. I dzięki temu bardziej to docenisz.

XXIII: Śmieć się do łez

Śmiech niesamowicie podnosi jakość Twojego życia. Dzięki niemu czujesz się szczęśliwszy i pozytywnie wpływasz na ludzi, którzy znajdują się w Twoim otoczeniu.

Nawet udawany uśmiech działa i ma na Ciebie bardzo dobry wpływ. A skoro coś nieprawdziwego ma pozytywne działanie, to jak mocna może być reakcja na coś szczerzego?

Śmiałem się do łez kilkadziesiąt razy w swoim życiu. Pamiętam, gdy z jednym z moich współlokatorów, Piotrkim, poszedłem na występy kabaretowe. To było na drugim roku studiów, a występy miały miejsce w Hali Wisły w Krakowie. Praktycznie tarzałem się ze śmiechu, szczęka drgała mi mimowolnie, a łzy płynęły po policzkach.

Pamiętam, że po wyjściu z tych występów czułem się całkowicie oczyszczony ze złych emocji. I podobnie czułem się za każdym razem, gdy śmiech wywołał mój płacz. Niesamowite uczucie, którego każdy powinien zaznać. Dlatego szukaj okazji, dzięki którym poprawisz swój humor na najbliższych kilka dni.

XIV: Płacz ze szczęścia

To jedna z najważniejszych rzeczy, które powinieneś zrobić przed 25 urodzinami. Nie ważne czy jesteś mężczyzną, czy kobietą. Łez szczęścia nie musisz się wstydzić. To najbardziej fantastyczna reakcja Twojego organizmu, na szczęście, które jest tak duże, że nie jesteś go w stanie opanować żadną siłą.

Płakałem ze szczęścia kilka razy. Wszystkie takie wspomnienia pielęgnuję w sobie i uwielbiam do nich wracać. To nic, że moje łzy widziała rzesza ludzi. Ja nie czułem wstydu, byłem jedynie zaskoczony, jak silne emocje potrafią zgromadzić się w naszym umyśle i organizmie.

Łzy szczęścia to wyraz Twojej dumy z tego, co udało Ci się osiągnąć. To podziękowanie dla ludzi, którzy Cię wspierali. To nagroda dla Ciebie, za wysiłek, który podjąłeś.

Wkładaj całe serce w to, co robisz. To do Ciebie wróci. A gdy przekonasz się, że zrobiłeś wszystko, co tylko mogłeś, by osiągnąć swój cel, z Twoich oczu popłyną najpiękniejsze łzy.

XV: Znajdź swoje wartości

Przez długie lata stosujemy system wartości, który wpoili nam nasi rodzice, nauczyciele, a nawet znajomi. Wybieramy to, co dla nas najważniejsze i odrzucamy to, co uznajemy za niepotrzebne.

W wieku 25 lat powinieneś posiadać swój system wartości; filozofię, którą będziesz się kierował. Nie mówię, że ta filozofia będzie stanowiła podstawę całego Twojego życia, bo prawdopodobnie będzie ewoluowała razem z Tobą. Ale musisz wiedzieć, czego chcesz, jakie zasady będziesz wyznawał i co będzie dla Ciebie najważniejsze.

Ja wierzę, że w życiu trzeba być szczerze dobrym człowiekiem. Tylko wtedy osiągniesz prawdziwe szczęście, które da Ci niesamowitą satysfakcję. Wierzę, że w życiu jest czas na pracę, ale jest też czas na inne rzeczy: przyjaciół, zabawę, rodzinę. Dlatego we wszystkim, co robisz, powinieneś dawać z siebie 100%. Korzystaj z życia, bo po to ono jest. Ciesz się nim każdego dnia, czerp z niego garściami i realizuj swoje pasje – to jest prawdziwym celem i drogą do czegoś niesamowitego. Wierzę w to głęboko. A Ty? Jakimi wartościami kierujesz się w życiu?

Czas na realizację

E-book **25 rzeczy, które powinieneś zrobić przed 25 urodzinami** nie jest podręcznikiem, który musisz stosować krok po kroku. Jest raczej zbiorem drogowskazów, które mają Cię zainspirować do własnych poszukiwań. Być może Twoja lista 25 rzeczy wyglądała całkowicie inaczej. Ale dopóki nie zaczniesz podejmować działań, które mają zmierzać do realizacji zamieszczonych na niej podpunktów, będziesz stał w miejscu.

Życzę Ci, żebyś w wieku 25 lat spojrzął na swoją listę i uśmiechnął się. Być może rozplakał ze szczęścia.

Każdy jest wyjątkowym, wartościowym człowiekiem. Każdy ma prawo do turbo-szczęścia, ale każdy też na to szczęście pracuje samodzielnie.

Zamknij więc ostatnią stronę, wstań od komputera i zacznij realizować swoje marzenia!

Jeśli spodobał Ci się ten e-book prześlaj link do niego bliskiej Ci osobie.

Jako prezent.

25 rzeczy, które powinieneś zrobić przed 25 urodzinami A jeśli jesteś starszy to szybko nadrabiaj!

Jeśli w tym momencie chcesz – być może po raz pierwszy, być może po raz kolejny w swoim życiu – zrobić Rzeczą XI: pomóc komuś potrzebie: możesz zrobić to teraz.

Mam kumpla, którego brat jest ciężko chory. Potrzebuje stałej opieki lekarskiej i rehabilitacyjnej. Każda pomoc jest dla niego ważna. Pomóc możesz i Ty.

Wystarczy wpłacić pieniądze na konto Fundacji Dzieciom „Zdażyć z pomocą”

Fundacja Dzieciom " ZDAŻYĆ Z POMOCĄ"

61 1060 0076 0000 3310 0018 2660

ul. Łomiańska 5 01-685 Warszawa

tytułem: 8899 - Jaszcz Patryk

Dzięki!

25 rzeczy, które powinieneś zrobić przed 25 urodzinami A jeśli jesteś starszy to szybko nadrabiaj!

www.jamowie.to