

Egyszerű gondolatok

Egy 92 éves kicsi, idős ember, szépen megfésülködött, megborotválkozott, felöltözött, és reggel 8 órakor elindult az idősek otthonába. 70 éves felesége nemrég hunyt el, s ezért úgy érzi, muszáj elhagyni házáat.

Az idősek otthona előterében várakozik, s ránk mosolyog mikor azt mondjuk neki, hogy kész a szobája. Miközben a lift felé tartunk, röviden elmondom neki milyen is az ő kis szobája, elmesélem neki azt is milyen színű a függöny és az ágytakaró. Nagyon tetszik, s lelkesedik, mint egy 8 éves kisgyerek, aki most kapja meg élete első szobáját. Kedves Mihály, még nem is látta a szobát, várjon egy kicsit. Az nem baj közli. A boldogság az mindentől független dolog. A boldogságot függetlenül választom. Az, hogy a szoba tetszik-e vagy sem, nem a bútoroktól függ vagy a dekorációtól az attól függ, ahogy én látom.

Én már a fejemben eldöntöttem, hogy a szoba tetszeni fog. A döntésemet minden reggel az ébredésemnél hozom. Dönthetek úgy, hogy a napomat az ágyban töltöm, és számolom hány testrészem nem működik, mely részeim fájnak vagy köszönetet mondhatok az égnek a testrészeimért, melyek jól működnek.

Minden nap egy ajándék, ha ki tudom nyitni a szemem, az új napra koncentrálok, a szép emlékekre, melyeket az életem során gyűjtöttem össze. Az öregség az olyan, mint a bankszámlád. Azt veszed le, amit összegyűjtöttél. Ezért az én tanácsom, hogy sok-sok boldogságot és szépet rakjál félre emlékeid bankszámlájára. Köszönöm, hogy hozzájárultál a bankszámlámhoz, ahová még tovább gyűjtögetek. Emlékezz ezekre az egyszerű gondolatokra ahhoz, hogy boldog legyél.

1. Szabadulj meg a gyűlölettől
2. Szabadulj meg az aggodalmaktól
3. Élj egyszerűen
4. Adjál többet
5. Várj kevesebbet