

3 Aktuálně
LISTOPAD, měsíc radosti

4 Interview
PASTORAL BROTHERS
Vira není trapná

6 Inkognito
ŘEŠÍME viru
Otázky na dušičkový čas

7 Kluci v IN!
Kluci a MÓDA

8 IN story
POŘÁDEK v pokojíčku

9 INside
TELEFONNÍ průšvih

10 Téma IN!
Jak být dobrá
KAMARÁDKA

12 Lístárna
PŘÍBĚHY
od našich čtenářek

13 IN test
Umiš se ZASMÁT
sama sobě?

14 INspirativní osobnost
I když jsi na dně, Bůh je
tam s tebou

16 IN love
PODZIMNÍ překvapení

18 INtelekt
Zajímavosti, vtipy, hry

19 Duchovní INjekce
SLAVNOST Krista Krále

20 IN mlslí
ZERO WASTE
jak na to?

22 Soutěž
Velká SOUTĚŽ
o skvělé KNIHY

23 Zábava v IN!
Co víš a co ne?

Změna nemusí být vůbec špatná

Podzim pro mě vždycky znamená změnu. Příroda se ukládá ke spánku, ze stromů padá barevné listí, které šustí pod nohama, ochlazuje se... Prostě mi to přijde opravdu kouzelné. Je to trochu zvláštní, protože normálně změny nemám ráda ani trochu. Nejradyji jsem, když se nic nemění a všechno je pořád stejné. Podzim je tak pro mě připomínkou toho, že změna vlastně nemusí být vůbec špatná.

Když se má něco změnit, může nám to nahánět strach. Jaká bude nová situace? Co všechno mě čeká? Zvládnou to vůbec? Na druhou stranu se taky nabízí otázka, co když to bude úžasné a přinese mi to spoustu nových možností?

V životě zažíváme spoustu změn. Některým se nemůžeme vyhnout. To je třeba nástup na gymnázium nebo střední školu, nová brigáda, narození mladšího sourozence nebo stěhování. Jiné změny musíme udělat my sami, když se třeba rozhodujeme, na jakou školu si podáme přihlášku, jestli změním obor studia, jestli budeme dál chodit do kroužku nebo jestli si přibereme ještě nějaký další.

Někdy je změna nutná, protože potřebujeme trochu zvolnit, odpočinout si a načerpat sílu. To je taková podzimní změna, protože stejně jako příroda i my potřebujeme tu a tam pořádný odpočinek. Když si dostatečně

odpočineme, máme spoustu energie pustit se do jarní změny – můžeme kvést, tvořit a dělat spoustu kreativních věcí.

Stejně jako podzim nepříjde ze dne na den, tak ani velká změna by neměla být zbrklá a neuvážená. Je třeba si dát čas, zamyslet se nad výhodami a nevýhodami, promluvit si o tom s někým dalším a požádat o radu třeba rodiče. V takovou chvíli je super si v klidu sednout a ujasnit si priority a ideálně si taky sepsat pro a proti pěkně na papír.

A tak vás chci povzbudit, ať se změn zkusíte tolik nebát, protože když listí na stromech mění barvu na oranžovou, je to přece krásná změna. Taky se nebojte trochu zvolnit, když máte pocit, že už je toho moc. Ale ani se nebojte ve správnou chvíli přijmout výzvu a posunout se tak zase o kousek dál.

Krásný zbytek podzimu přeje
Martina

Ke zdravému vztahu
patří omluva.

Citát z...

VIRA.CZ
VIRA NA INTERNETU