

## Poznaj coś nowego

Aby sięgać po nowe musimy się otwierać na nowe. Specjalnie nie mówię otworzyć, bo to nigdy nie nastąpi do końca. Osobiście nie znam nikogo, kto jest w 100% otwarty na nowe rzeczy w życiu.

Jednym ze sposobów otwierania się na nowe jest poznawanie przeciwnych punktów widzenia. Otwieranie się na inne poglądy.

Odklej się na chwilę od swoich „jedynie słusznych poglądów”. Jeśli zwyczajowo nie słuchasz Radia Maryja to włącz je na 30 minut. Jeśli nie czytasz Gazety Wyborczej to kup ją i poczytaj. Staraj się nie odrzucać tego z założenia. Po prostu poprzebywaj w inności.

To takie modne zwiedzać inne kraje, kultury, a co z różnorodnością którą mamy na co dzień, która nasz otacza. Wybierz się czasem w miejsca gdzie normalnie nie chodzisz, w których na początku lub może przez cały czas będziesz czuł się niekomfortowo. Opuszczaj swoją strefę komfortu. Takie działania będą Cię uelastyczniać.

Mimo, że będą pojawiać się w Twojej głowie zdecydowane słowa krytyki powtarzaj sobie „Tak też można myśleć, tak też można działać, tak też można lubić”. Bo przecież jest na to dowód – właśnie go widzisz.

Wyjdź z oburzenia i znajdź w tym zaciekawienie, uśmiech, ale nie obśmiewanie.

Oto kilka pomysłów na próbowanie nowego: nowe gazety, czasopisma, muzyka, filmy, rodzaje sklepów, grupy dyskusyjne, fora, koncerty, opera, operetka, performance.

Dziś przez 2 godziny siedziałem we własnym domu z szalikiem zawiązanym na oczach. Ależ to była inna perspektywa. Zupełnie inny świat. Na początku tylko siedziałem i się do tego przyzwyczajałem, a potem zjadłem czereśnie i nawet wzięłem prysznic. Podczas tych zaledwie 2 godzin przyszło mi dużo refleksji i przemyśleń do głowy.

W tym tygodniu wybierz 2 takie nowe sytuacje i spróbuj je. Jeśli robisz sobie czas tylko dla siebie to możesz go do tego właśnie wykorzystać.

Generalnie raz na jakiś czas wchodź w nowe dla Ciebie sytuacje i próbuj innych drobnych, nowych dla Ciebie rzeczy.