BOLDOGSÁG MAGAZIN

SIKER – SZERELEM – BOLDOGSÁG

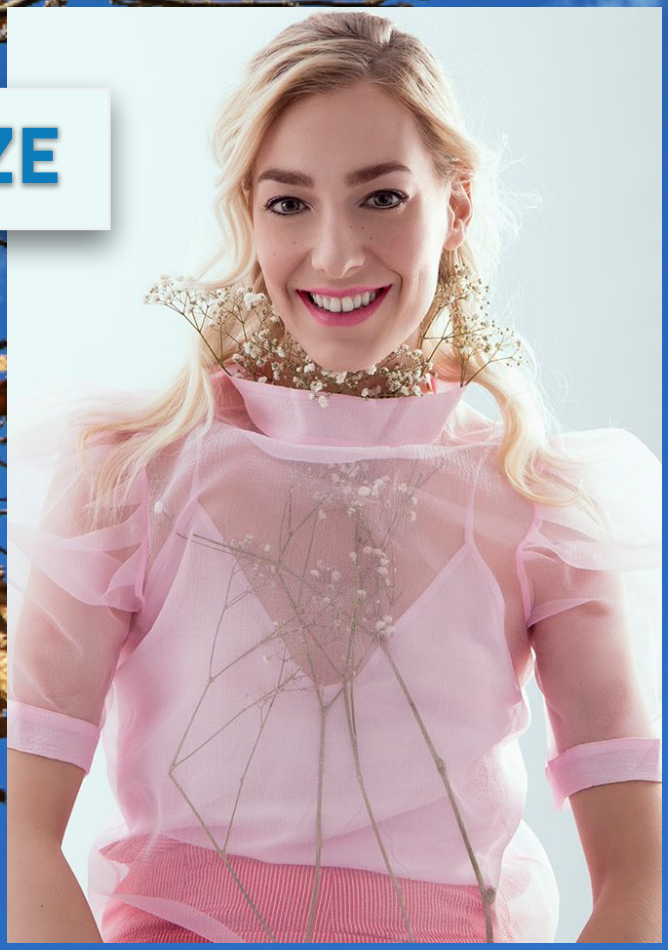
2017. SZEPTEMBER

Egy szabály mind felett

Ha ezt betartanánk, a többi könnyen menne

PÁR PERC A BOLDOGSÁG?

YOULÏ ÚJ LEMEZE



Fotó: Liziczai Réka

SZEPTEMBER 2017.

PÁR PERC CSAK A BOLDOGSÁG?

A hónap témája

A hónap témáját Ön az elsők között olvashatja, mert a Boldogság Magazin ezen kiadványa megjelenésének idejében még nem olvasható a Boldogság Magazin weboldalán, hanem ott egy-két héttel később jelenik majd meg.

Egy pillanat a boldogság?

Az ember érzi azt, hogy boldog-e vagy sem, azonban hiába szerzünk tudást és tapasztalatot a szerelem, a gyermeknevelés, munkahelyi boldogulás vagy más témákban, ha csak részben tudjuk, hogy mi a boldogság.

A boldogság nem csak annyi, hogy jól érzem magam. Eszünk valami finomat, de nem mondjuk erre, hogy „boldog vagyok". Más lenne ugyanezzel a helyzet, ha általában éheznénk és arra vágynánk, bárcsak mindig lenne mit ennünk, majd eljönne egy pont az életünkben, ahonnan kezdve nem éheznénk sosem, hanem finom ételeket ehetnénk. Akkor elmondhatnánk, hogy boldogok vagyunk, mert elértünk egy fontos célt az életünkben. A célba érkezés azonban csak egy kis szelete a boldogságnak.

Meddig tart a boldogság?

A boldogság nem csak annyi, hogy elértünk egy célt. Ha így lenne, akkor egy főiskolai tanulónak négy évig várnia kellene, hogy a tanulással kapcsolatban elmondhassa, hogy boldog, amikor is átvenné a diplomáját.

Szerencsére a boldogság nem egy pillanat, hanem akár egy hosszan tartó állapot! Ha például valaki nagyon szeretne autót vezetni, akkor nem csak akkor érzi boldognak magát, amikor megkapja a jogosítványt, hanem már akkor is, amikor akár egy oktatóval az oldalán, de egész jól elboldogul a forgalomban, az autó pedig azt csinálja, amit ő kigondol és pontosan arra és úgy menne, ahogyan ő szeretné. A boldogság tehát nem csak „megérkezés", hanem az „oda" vezető út is, ha tudatában vagyunk annak, hogy haladunk!

Amikor azonban már évek óta autót vezetünk nem feltétlenül gondolunk arra, hogy boldogok vagyunk, mert már tudunk autót vezetni. Korábban még célunk volt az autóvezetés tanulásával, ma pedig már nincs. A két helyzet között a CÉL a különbség. Később talán boldog valaki, hogy elvezette az autót egy 1500 km távol lévő nyaralóhelyre, de akkor sem annyira az autóvezetés volt a cél, hanem inkább a nyaralás, tehát ebben az esetben azzal okoz az ember boldogságot, hogy megvalósítja a nyaralással kapcsolatos tervét és ebben a megérkezés lehet egy első pillanat, de lehet az is az első, amikor hátrahagyja hétköznapi teendőit, beül az autóba és elindul.

Mástól várt boldogság

Vannak filozófiák, melyek a boldogságról olyasmit tanítanak, hogy azt másvalakitől vagy másoktól kapjuk. Egy boldogság-tanácsadó nem cáfolja, hogy ez lehetséges, de sokkal hasznosabb az embereknek, ha arra tanítjuk őket, hogy ők mit tehetnek a boldogságukért és mások boldogságáért. Egy általánosan, az élete minden területére kiterjedően boldogtalan emberről egy dolgot biztosan tudunk: nem éri el a céljait vagy rosszabb esetben nincsenek céljai!

A legelső dolog, amiben segíthetünk valakinek, hogy megkerestetünk vele egy célt, amit feladott és újraélesztetjük vele vagy segítünk neki, hogy tűzzön ki egy újabb célt. Amíg ugyanis nincs cél, addig nem lesz boldog, hiszen lépéseket sem tesz a cél felé, pedig a boldogság pontosan e lépéseken keresztül jön létre. Azon keresztül, hogy némi akadályokon túljutunk. Példánkhoz visszatérve: attól még senki sem lett boldog, hogy feketén vett egy jogosítványt, de az biztos, hogy rosszul érzete magát, mindahányszor rendőrt látott.

A boldogság tehát egy célból, a hozzá vezető úton lévő akadályok leküzdéséből és a célba való megérkezéskor érzett elégedettségből áll. Ezt hamarosan egy újabb cél kitűzése követi.

Elmúlik a boldogság

Egyáltalán nem kell, hogy elmúljon a boldogság, de amikor ez történik, akkor annak nyilvánvaló okai vannak.

Sokan, akiknek tönkrement a párkapcsolatuk, úgy jártak, hogy egymás mellé szegődtek, akár össze is házasodtak, de kettejük közül egyikük vagy mindketten abbahagyták olyan új célok kitűzését, melyekért vállt-vállnak vetve küzdhettek volna. Amikor pedig már nincs cél egy kapcsolatban, akkor az nem hoz létre tovább boldogságot. Jó lenne, ha az, aki összeesket párokat, ezt minden házasodónak elmondaná, de sajnos legtöbbször ők maguk sem tudják.

Levezethető lenne ehhez hasonlóan az is, hogy miért nem boldogok egyes családok és miért van olyan sok nevelési nehézség, pedig mennyire boldogok voltak, amikor a gyermek született. Nyilván tudás is kell az akadályok leküzdéséhez, ebben az esetben például arról, hogy ki egy gyerek, mik a céljai és hogyan segíthetjük őt ezek elérésében. Minél többet tudunk ezekről, annál boldogabb gyermeket nevelünk és nagyon is valószínű, hogy annál boldogabb lesz a családunk is.

Boldogság nem csak a magánéletben

Boldog akar lenni valaki a munkájával kapcsolatban? Akkor ahelyett, hogy a munkáltatót szidná (rossz munkakörülmények, alacsony fizetés), ki kell találnia egy olyan célt a munkával vagy vállalkozással kapcsolatban, ami megvalósítható és el kell kezdenie megvalósítani azt. Ez néha megvalósítható a mostani munkahelyen, a mostani főnökkel és munkatársakkal együttműködve, máskor pedig nem, akkor pedig ki kell találni, hogy mi mást lehet tenni egy jobb munkahelyért vagy vállalkozásért.

Az élet bármely területén is akarunk boldogabbak lenni, a legnagyobb ellenségünk saját tétlenségünk. Nincs más módja a boldogtalanságnak, mint az, hogy megadjuk magunkat egy nem optimális helyzetben, ahelyett hogy kitűznénk egy célt és haladnánk felé, amikor pedig akadályokhoz érkeznénk, akkor nem adnánk fel.

Csak mert nehézségbe ütköztél, attól még ne add meg magad!

YOULÏ - Mi van veled?

Hír - Egy új CD nem csak az előadónak boldogság

Szeptember 6-án mutatta be a Petőfi Rádióban Horányi Juli, művésznevén YOULÏ (ejtsd 'Juli') legújabb dalát, a Mi van veled? című számot, mely előfutára a szeptember 21-én megjelenő, első nagylemezének.



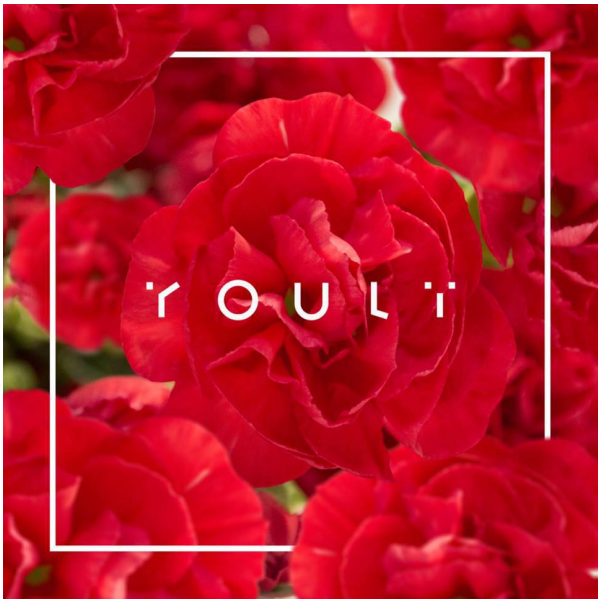
Fotó: Liziczai Réka

Csordás Gáborral, akivel Holdutazás című, népszerű slágerét is írta. 2011-től-2014-ig a Mïus duó tagjaként, Álmos Gergellyel megjelentetett, szerzői kiadásban két nagylemezt és egy EP-t. A duó utolsó koncertjét teltház előtt adta az Akvárium Nagytermében a Lamb elő zenekaraként. 2014-ben, Juli az X-Faktor című tehetségkutató show-ban tűnt fel és vált országosan ismertté.

Ez a szereplés egyúttal kiválást jelentett a Mïus-ból. A műsor után Juli szólókarrier építésében kezdett. Egyéni megjelenése és különleges hangja, sajátos előadásmóddal párosul, megjegyezhető és karakteres személyiség. Juli a műsor vége után felvette a YOULÏ művésznevet, zenekart alapított, dalaiban egyszerre van jelen az elvont, művészi gondolkodás és a mainstream zenékben fellelhető, populáris dallamvezetés.

2017. szerencsés év mind Juli, mind a zenekara számára, mert támogatást nyert a Cseh Tamás Programon, hogy elkészíthesse első nagylemezét.

„Ez a lemez már egy ideje érett a megjelenésre. Körül-belül három éve gyűlnek a dalok a fiókomban és nagyon boldog vagyok, hogy most nyilvánosságra kerülnek a legjobbak, hiszen csak azokat válogattuk a lemezre. Rengeteg mondanivalóm volt, mert az utóbbi három évem nagyon sűrűre sikerült. Megéltem sok mélypontot és sok felemelő pillanatot is."



Az új CD borítója

Egy album elkészítése, még ha manapság már nem is olyan jelentősége van egy lemeznek, mint 30 vagy 40 évvel ezelőtt, mégis rengeteg munkával és anyagi befektetéssel jár, közben pedig egy névjegy is, amit letesz a művész az asztalra a közönség számára, mert a dalokban megtalálható minden amit a művészről tudni érdemes, így a különböző lemezek /névjegyek/ közül mindenki ki tudja választani a számára legvonzóbb ajánlatot.

„A lemez koncepciója elsősorban az volt, hogy történeteket meséljek el, olyanokat, amik másokkal is megtörténtek és így lehet velük azonosulni. Egy őszinte, mégis populáris hangzású, de közben kísérletező lemezt szerettem volna. Nagyon színesre is sikerült, többféle dal van rajta. A Mi van veled? lett az egyik kedvencem, hangzásában egy jó ritmusú, táncolható, bulis szám, de a szövege arról szól, hogy két nagyon fontos kérdés van, amit időnként érdemes magunktól megkérdezni, mi van velem és ki az aki tényleg mellettem van, nem csak látszólag szeret, miközben a hátam mögött ellenem munkálkodik?"

A legtöbb statisztika, mely a zeneipar változásait, a zenefogyasztók szokásait igyekszik feltérképezni, azt mutatja, hogy a legtöbben inkább már csak dalokat vásárolnak az online zeneletöltő áruházakban, de ha van egy-egy húzó dal a lemezen, amit akár a rádió is rotációban játszik, akkor nagyobb az esély, hogy a teljes albumot letöltsék a rajongók.

„Bízom benne, hogy ezt a dalt sokat lehet majd a rádiókban hallani és többen megismerik a YOULÏ nevet, hiszen ez nem csak engem fémjelez, hanem a zenekaromat is, Bubnó Lőrinc gitárost, akit gyermekkorom óta ismerek és a lemezen több dalt is hangszerelt, Weisz Nándit, aki remek dobos és Gátos Bálintot, a kiváló basszusgitárost."

A lemezbemutató koncert még kicsit várat magára, csak novemberben kerül sor rá, hiszen addig próbákkal és sok előkészülettel, színpadra kell állítani a produkciót, hogy élőben is a legjobb hangzást kapja a közönség.

Lemez 2017. szeptember 21-én jelenik majd meg. Aki szeretne időben értesülni az eseményekről, annak ajánljuk YOULÏ hivatalos Facebook oldalát.

https://www.facebook.com/youlimusic

EGY SZABÁLY MIND FELETT

Van tudás a boldogságról!

Azzal szemben, hogy igen sokan kívülről, másoktól várják saját boldogságukat, komoly teljesítmény, ha egy világszemléletben szerepel olyasmi, hogy a saját boldogságunkat komolyan befolyásoló tényező az, hogy mi mennyire tartjuk be az emberi együttélésre vonatkozó írott vagy íratlan szabályokat, törvényeket. Ez a nézőpont ugyanis kevéssé teszi lehetővé, hogy másokat okoljunk esetleges boldogtalanságunkért, s ezzel szemben azt állítja, hogy a mi felelősségünk saját magunk és többé-kevésbé környezetünk boldogsága is.

Az egyik ilyen - emberi együttélésre vonatkozó - szabályt sokféleképpen megfogalmazták már, egymástól távoli helyeken és sok-sok évszázados, esetleg évezredes különbséggel. Régi korokban aranyszabálynak nevezték. Több, mint 10 vallás és filozófiai irányzat tartotta és tartja igaznak.

A Boldogság Magazin általában nem foglalkozik vallásos témákkal, tekintettel azonban ennek a szabálynak a forrására, itt számos hivatkozás utal majd régi és modernebb korok vallásaira.

Az aranyszabály lényege az, hogy ne tegyünk másokkal olyat, amit nem szeretnénk, ha ők tennének velünk.





Tartalmilag nem nagyon eltérő megfogalmazásai például:

> “Úgy tégy a mással, ahogy magaddal is szeretnéd, arra sarkallva, hogy így is tegyen.” (Egyiptom, ie. 19. sz.)
> “…azt az állapotot, amely nem tetsző, vagy gyönyörködtető a számomra, hogyan bocsáthatnám egy másik emberre?” (Buddhizmus, ie. 7. sz.)
> “Ne tedd másokkal azt, amit nem akarod, hogy veled tegyenek.” (Konfuciusz, ie. 5. sz.)
> “Úgy tekints felebarátod nyereségére, mint a saját nyereségedre, és felebarátod veszteségére, mint saját veszteségedre!” (Tao, ie. 4. sz.)
> “Amit tehát szeretnétek, hogy az emberek veletek cselekedjenek, ti is ugyanazt cselekedjétek velük, mert ez a törvény, és ezt tanítják a próféták.” (Jézus)
> “Egyikőtök sem hisz, amíg nem azt kívánja a testvérének, amit magának is.” (Iszlám, 13. sz.)
> „Próbálj nem tenni másokkal olyan dolgokat, amelyeket nem szeretnéd, ha ők tennének veled!” (Az út a boldogsághoz, L. Ron Hubbard, 1982.)

Az aranyszabály legutóbbi előfordulási helye Az út a boldogsághoz című szabálygyűjtemény 19. pontja, aminek két érdekessége is van. Az egyik az, hogy ez bár tiszteletben tartja a vallásos hitet, saját maga mégsem vallásos kiadvány, így akárki forgathatja. A másik pedig az, hogy közvetlenül ezután tartalmaz egy újabb szabályt is, ami tulajdonképpen az aranyszabály párja és így hangzik: „Próbálj úgy bánni másokkal, ahogy te szeretnéd, hogy ők bánjanak veled!” (Az út a boldogsághoz 20. pont)

(Az aranyszabály előfordulási helyeinek felsorolásáért hálás köszönet Tóth-Simon Károly protestáns lelkésznek.
Forrás: https://infaustus.wordpress.com/2009/02/08/az-aranyszabaly-maskent/#comments)

Sikereink szintje

A boldogság-tanácsadó rovata

Aszerint, hogy ki mennyire sikeres, megfigyelhető az embereknél, hogy mit gondolnak sikereik és kudarcaik okának. Aki már feladta minden álmát, az általában úgy véli, hogy mások okozták nehéz helyzetét, ezért aztán semmi értelme tennie valamit, hiszen eddig is másokon múltak a dolgok.

Aki bizonyos mennyiségű kudarc után még próbálkozik egy cél felé haladni, az valamennyire még bízik abban, hogy rajta vagy rajta is múlik, a boldogság.

A sikerhez közel álló ember tudja, hogy sokat tett a boldogságért, tisztában van a képességeivel. Nem feltétlen büszke, sem szerény, lényeges jellemvonásai a kitartás, a szorgalom. Nem csak cél alkotásában, hanem a cél irányába vezető mindennapos munkában is örömét leli.

A sikeres ember rendelkezik az előbbi tulajdonságokkal és valamilyen profi hozzáállással bármihez, amivel céljai vannak. A legjellemzőbb azonban az rá, hogy nem csak a sikerhez vezető utat osztja meg szívesen másokkal, de a sikert is, akár olyan áron is, hogy lemond valamennyi fényről csak azért, hogy az a másikat is érje.

Az említettek nagyon leegyszerűsített szintjei csak a sikernek, finomítható a skála. A lényeg azonban az, hogy akárhová is helyezed magad a sikertelenség és siker vonalán, ha nem vagy legfelül, akkor is hozhatsz egy döntést, hogy valamit végigcsinálsz és a döntésed része lehete az, hogy végig az úton ki is tartasz a célod mellett és teszel is érte!





„Változatos” szerelem?

Min múlik, hogy mennyi ideig tart a szerelem? Szerelmet vagy csak kalandot akarnak az emberek? Milyen boldogsághoz vezet az, amit annyiszor sugallnak a tévé és rádió műsorokban, hogy légy laza, csajozz, pasizz, hiszen „úgyis csak egyszer élünk”?

Az ember sok mindenben keresi a boldogságot, így a szerelemben is. Szólhatnának ezek a sorok arról, amikor az emberek a művészetben, a munkában vagy a tanulásban keresnek boldogságot, de kevés dolog van, ami annyi öröm vagy fordítva: annyi boldogtalanság forrása lenne, mint a szerelem és az ehhez kapcsolódó házasság.

Észrevetted már, milyen sok rádiós beszélgetős műsor témája a szerelem. Az még nem is lenne rossz, ha valóban ez lenne a téma, de több ilyen műsor és sok bennük elhangzó vélemény épül arra az „általános igazságra”, hogy a "változatosság gyönyörködtet". Tényleg kellemes egyszer itt nyaralni, másszor pedig amott, ugyanígy klassz dolog pár évente új autóval járni, de következik ebből az, hogy boldog csak úgy leszel a szerelemben, ha elég gyakran lecseréled a párodat?

Sokan kipróbálták már azt az életmódot, hogy csak „rövid, gyors szerelmet” keresnek, majd odébbállnak. A külső szemlélőt könnyen megtévesztheti ez a „könnyedség”. Azt látja, hogy milyen vidám ez a csaj vagy az a srác. Meglepődnél azonban, ha nem egy bulin vagy egy szórakozóhelyen és sokszor az alkohol segítségével felvett művidámság közepette látnád őt, hanem hétköznap reggel vagy este, amikor egyedül van vagy éppen az aznapi „párja” mellett ébred.

Ne tévesszen meg a bulihangulatban megfigyelhető látszólagos könnyedség! Azok az emberek, akiknek folyton új szerelemre van szükségük, nagyon ritkán szerelmesek valójában. Elég merész dolog egyenlőségjelet tenni a szex és a szerelem közé. A szex kellemes örömforrás, de azok, akik állandóan új pasira új csajra hajtanak, a szexen kívül aligha jutnak tovább. Hová is nem jutnak így el? Pontosan a szerelemhez nem! Akkor hát érdemes irigyelni „laza életstílusukat”?

Néha úgy érzed: valami nincs rendben velem?!

Sajnos pont azok a fiatalok kételkednek magukban, akik az úgynevezett hűséges típushoz* tartoznak. Ők ugyanis hosszú távú kapcsolatra vágynak, de néha nem ezt kapják a kapcsolattól. Egy egész könyvet meg lehetne tölteni a nekik való válaszokkal. Nem vagy értéktelen. Ne ...

A cikk folytatását elolvashatod a Boldogság Magazin weboldalán, **ezen a linken**.

Te is írhatsz a Boldogság Magazinba

Örömmel vesszük, ha elküldöd cikkedet megjelentetésre. Különösen értékesek azok a való életből merített történetek, melyek arról szólnak, hogy a boldogság elérhető, a gyakorlatban létező, tehát olyan valami, amihez nem kell regényhősnek lenni, hanem a jelen hétköznapjait élő ember által is megvalósítható.

Írásodat ide várjuk: cikk (kukacjel) boldogsagmagazin.hu

Kérünk, hogy véleményt ne írj a fenti e-mail címre, de megkapjuk ha ide küldöd: info (kukacjel) boldogsagmagazin.hu

Csak úgy küldj be írást, ha annak valóban te vagy a szerzője és vállalod, hogy amit írsz, azért nem kérsz semmilyen ellentételezést, függetlenül attól, hogy írásod hol, milyen cikkek társaságában jelenik majd meg. A szerkesztőség nem állítja, hogy minden írást megjelentet vagy azonnal közzétesz. Annak érdekében, hogy teljes tájékoztatást kapj és cikked minél nagyobb valószínűséggel bekerüljön a magazinba, olvasd el az impresszumot a magazin weboldalán és igyekezz betartani.

www.boldogsagmagazin.hu

Iratkozz fel a Boldogság Hírlevére!

Ha a Boldogság Magazin ezen példányát nem hírlevelünkön keresztül kaptad, akkor iratkozz fel a Boldogság Hírlevélre, hogy időben eljusson hozzád a Boldogság Magazin és a Boldogság Hírlevél.

Iratkozz fel itt: http://boldogsagmagazin.hu/feliratkozas-hirlevelre/

Minden jog fenntartva! © 2017. A Boldogság Magazin Az Út a Boldogsághoz Nonprofit Kft. kiadványa. Hozzájárulunk, hogy a Boldogság Magazint változatlan formában bárki továbbíthassa mások számára, amennyiben ezt díjmentesen teszi. Nem járulunk hozzá, hogy a Boldogság Magazint vagy annak bármely tartalmát valaki más internetes oldalra másolja, közzétegye vagy a jogtulajdonos kifejezett engedélye nélkül fizetős nyomtatott vagy elektronikus kiadványban jelentesse meg. Előzetes engedély nélkül hozzájárulunk ahhoz, hogy a Magazinban szereplő egy-egy cikk rövid kivonatát (legfeljebb 400 karakter) megjelentessék internetes oldalon, azzal a kitétellel, hogy a cikk végén konkrét linknek kell szerepelnie, amely a www.boldogsagmagazin.hu oldalra vagy azon belül a szóban forgó cikknek az oldalára, vagy a Boldogság Magazin oldaláról letölthető formátumú kiadás letölthető fájljára mutat. A cikkek előzetes engedély nélkül ebben az esetben sem másolhatók az internetre teljes terjedelmükben.