

„Nie musisz robić więcej. Może wystarczy robić inaczej.”



Ciągle „więcej” może wyczerpać.
Zamiast pytać „czy robię wystarczająco?”,
zapytaj: „czy robię to w zgodzie ze sobą?”.
Czasem drobna zmiana sposobu działania przywraca spokój
i lekkość tam, gdzie było tylko napięcie.