

LOREDANA CHELBA

VITEJIE PE TOCURI

Curinte născute din flori și cappuccino



Prezenta lucrare se publică în format electronic și tipărit.

Coperta: Dorel Bîrsan



© 2019 ePublishers. Toate drepturile rezervate.

ISBN 978-606-716-990-4

Ediția digitală a acestei cărți se află la linkul:

<http://ibooksquare.ro/Books/ISBN?p=978-606-716-991-1>

Pentru mai multe informații privind această carte, scrieți la info@ePublishers.info.

www.ePublishers.ro

www.ePublishers.us

www.LibrariaCoresi.ro

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
CHELBA, LOREDANA

Vitejie pe tocure : cuvinte născute din flori și cappuccino : dezvoltare personală / Loredana Chelba. – București : ePublishers, 2019

ISBN 978-606-716-990-4

159.9

CUPRINS

Despre carte	7
Despre mine.....	8
CAPITOLUL 1 – Tablou în pernă	9
CAPITOLUL 2 – O fată cu păr scurt și o geantă roșie.....	11
CAPITOLUL 3 – Zâmbetul meu nu se vinde, nu se închiriază, nu se donează.....	15
CAPITOLUL 4 – Ce nu ne iartă oamenii.....	18
CAPITOLUL 5 – Frica	22
CAPITOLUL 6 – Vocația nefericirii.....	29
CAPITOLUL 7 – De la fix la fără 10.....	36
CAPITOLUL 8 – Femeia secolului XXI	41
CAPITOLUL 9 – Puterea lui Nu, multumesc.....	45
CAPITOLUL 10 – Acru, acritură sau o față senină?	48
CAPITOLUL 11 – Fii acum. Nu mâine. Nu săptămâna viitoare.....	50
CAPITOLUL 12 – Când viața îți dă lămâi, negociază-ți măcar mierea.....	53
CAPITOLUL 13 – Cel mai bun tată din lume.....	56
CAPITOLUL 14 – Graviditatea	59
CAPITOLUL 15 – Maternitatea sau cum să uiți tot ce știai despre tine	61
CAPITOLUL 16 – Cod de bune maniere în purtarea mămicilor de bebeluși. Pam-pam!.....	65
CAPITOLUL 17 – Viața de după naștere începe după ce scapi de sentimental de vină.....	67
CAPITOLUL 18 – Experiența mea cu alăptatul.....	69
CAPITOLUL 19 – Sunt doamna Loredana.....	71
CAPITOLUL 20 – Era idealurilor de frumusețe "undo"	73
CAPITOLUL 21 – Am fost. Sunt. Voi fi. Când timpul verbal nu șterge istoricul personal.....	75
CAPITOLUL 22 – Respectul de sine cu sport se ține	77
CAPITOLUL 23 – Salvată de Nokia.....	79
CAPITOLUL 24 – Scurt ghid de organizare a nunții.....	81
CAPITOLUL 25 – Un certificat de căsătorie nu te transformă într-o doamnă!.....	86
CAPITOLUL 26 – Zâmbet înghețat	89
CAPITOLUL 27 – Cuvinte amplificate.....	90
CAPITOLUL 28 – DĂ INIMA MAI TARE.....	92
CAPITOLUL 29 – Fericire la puterea unu'. Omul ființă social (ă) media.	94

CAPITOLUL 30 – IUBIREA SCHIMBĂ TOT.....	96
CAPITOLUL 31 – Lifestyle pe românește. Fă rai din ce ai!.....	98
CAPITOLUL 32 – NU PARI GENUL SĂ.....	100
CAPITOLUL 33 – Prostituația eu-lui. Compromisul.....	102
CAPITOLUL 34 – Vorbitul urât la femei. Nu te face să fii mai puțin femeie. Doar mai mult bărbat.....	105
CAPITOLUL 35 – Antreprenoriat pe tocuri sau cum am demisionat din funcția de angajat.....	107
CAPITOLUL 36 – Kitchurile pe care le iubesc.....	110
CAPITOLUL 37 – Poveste de iarnă.....	112
CAPITOLUL 38 – Hai la o Elită.....	115
STYLE TIPS	
CAPITOLUL 39 – Cum purtăm pantalonii de piele?.....	118
CAPITOLUL 40 – Lasă-ți tricoul să îți fie voce.....	120
CAPITOLUL 41 – Pe toc.....	122
CAPITOLUL 42 – Să ne îmbrăcăm în armonie cu vârsta.....	126
CAPITOLUL 43 – Succesul se măsoară în calitatea imaginii pe care o expui.....	128
CAPITOLUL 44 – Tipsuri pentru înfrumusețarea ținutelor de iarnă.....	130
CAPITOLUL 45 – Layeringul sau trendul babei dochia.....	132
CAPITOLUL 46 – Genți care nu trebuie să-ți lipsească din garderobă.....	134
CAPITOLUL 47 – Negru fără secrete.....	136
CAPITOLUL 48 – Detox stilistic.....	138
CAPITOLUL 49 – Despre dress code.....	140
CAPITOLUL 50 – Stilul Boho Chic.....	143
CAPITOLUL 51 – American Style sau French Style?.....	145
CAPITOLUL 52 – From a fashion don't to a fashion do it right now!.....	147
CAPITOLUL 53 – Bujorul maturizării sau diferența între a copia și a te inspira.....	149
BEAUTY TIPS	
CAPITOLUL 54 – Măinile, carte de vizită!.....	152
CAPITOLUL 55 – Am fost odată prieteni sau când vrei să-i desparți pantofii.....	157
CAPITOLUL 56 – Sănătate înainte de toate.....	160
CAPITOLUL 57 – Diferența dintre o femeie frumoasă și o femeie mișto.....	164
CAPITOLUL 58 – Decalogul femeii haos.....	166
CAPITOLUL 59 – Față-n față cu tine.....	168
CAPITOLUL 60 – Ziua în care am aflat că nu știu nimic despre mine.....	171
CAPITOLUL 61 – Arta de a accepta un compliment.....	173
CAPITOLUL 62 – Paris, je t'aime.....	175

Despre carte

„Vitejie pe tocuri” este o carte care a vrut inițial să transmită puterea cu care este înzestrată femeia, prin expunerea propriilor mele experiențe de viață și a reușit să facă asta, dar nu înainte de a pune pe tavă mai întâi un buchet de slăbiciuni.

Prin experiențe de viață înțeleg inclusiv traumele cu care am mers braț la braț pe parcursul adolescenței mele. Pierderea unicului meu frate, urmată de pierderea mamei și perioada neagră care a urmat după, perioadă în care alături de tot ce mi-a rămas, tatăl meu, am încercat să ne ștergem lacrimile și să mergem mai departe. În loc să mă afund în tristețe, am hotărât să îmi croiesc o viață pe care să o iubesc, în ciuda loviturilor nemiloase primite de la viață și am pornit într-o călătorie cu multe provocări care însă m-au adus azi acolo unde mi-am dorit.

O viață frumoasă, în care nu mă simt străină.

Scrierea cărții a fost o terapie pentru sufletul meu, m-a pus față în față cu trecutul pe care l-am renegat mulți ani. Mi s-a pus o oglindă în față, unde am recunoscut: Da, ai fost puternică, dar durerea a fost acolo și încă mai e. Unele capitole pot fi de o încărcătură emoțională puternică, iar prin asta nu am dorit să impresionez, ci am vrut să scot în evidență gravitatea unor situații trăite în copilărie care negestionate corect pot distruge omul aflat la maturitate.

Cealaltă parte a cărții este despre povestea Femeii secolului XXI. O femeie care poate muta munții din loc, o femeie care este mamă, fiică, soție sau femeie de carieră.

Este despre cum văd eu lucrurile în diverse contexte, este despre cum să-ți ții direcția neinfluențat de ce se întâmplă în jur, este despre maternitate, este despre frici, este despre cum cultivarea unei pasiuni îți poate schimba viața, este despre autenticitate.

„Vitejie pe tocuri” poate fi și o carte motivațională pentru că ea este și despre acceptarea și asumarea propriului Eu, cu bune și rele. Este despre femeia care trăiește intens, care vede dincolo de cuvinte, o femeie analitică, puternică, creativă.

„Vitejie pe tocuri” este despre puterea cuvintelor, este un semnal de alarmă pentru cei care împrăștie cuvinte fără a evalua eventualele pagube.

Cartea are și o secțiune de Stil, cu tips & tricks pentru femei. Un scurt ABC al femeii stilish.

Sunt născută într-o frumoasă zi de mai, în anul 1988, într-un minunat oraș de munte, Breaza, jud. Prahova.

Am terminat Liceul Teoretic „Aurel Vlaicu”, iar apoi mi-am luat „zborul” către București. Acolo, am studiat aproape în paralel (diferență de 1 an) la Facultatea de Jurnalism și Comunicare din cadrul Universității București, Licențiată în Jurnalism, și Facultatea de Științe Juridice, specializarea Admistrație Publică, Universitatea Spiru Haret.

Încă din primul an de facultate m-am angajat într-o firmă de publicitate, colaborând și cu o Revista de Marketing, Publicitate și PR, pe postul de editor. După aceasta, cariera mea a mers în direcția publicității, lucrând pentru câțiva ani pentru publicația online AvocatNet.ro și apoi pentru Agenția de publicitate Arena Advertising, unde am fost Director de Comunicare.

La un moment dat am hotărât că este timpul să-mi iau zborul și să-mi înființez propria mea firmă de publicitate. Așa a luat naștere acum 5 ani Adboutique.

Viața mea s-a schimbat după ce am realizat că îmi place mult să scriu, nicio noutate, făceam asta din liceu, chiar din școala generală, când prin clasa a VII-a am scris o mini cânticică de povești, pe un vocabular.

M-am hotărât să-mi fac un blog de modă acum 4 ani (Vitejie pe tocuri) pentru că mă obișnuisem doar să muncesc. Și pentru că eram invidioasă pe soțul meu, deoarece când își propunea să se relaxeze, se rupea de orice problemă cotidiană făcând exact ce iubea mai mult. Mi se părea trist să fiu un om care nu și-a identificat pasiunea. Și am evaluat. Care este activitatea care îmi creionează zâmbete involuntare în colțul gurii? Mmm... simplu! Îmi place mult să vorbesc despre câte-n lună și în stele. Și să scriu. Și îmi plac hainele, îmi place să creez outfit-uri neobișnuite. Sunt pasionată de modă, am făcut recent și niște cursuri în acest sens, și de cappuccino.

Și mai am o pasiune mare. Cea mai mare! Fetița mea Agnes-Maria! Are 4 ani și dă semne că e tot o „vitejie”! Sunt o norocoasă, pentru că întotdeauna fac ceea ce-mi place. Și atunci când muncesc.

Loredana Chelba

CAPITOLUL 1

Tablou în pernă

E sfârșit de noiembrie, iarna începe să-și ceară drepturile, e aproape de 1 noaptea și-n casă e o liniște mult așteptată atunci când ai în casă un titirez de copil care pare să nu obosească nicio clipă. Patul mare, alb, din fier forjat e răsfățat ca de obicei, de lenjerii înflorate, frumos mirositoare. Pernele pufoase formează cel mai frumos tablou posibil cu urma căpușului mic care se cufundă pierdut în ele. Pletele blonde ale lui A stau răsfirate rebel, un picioruș la fel de rebel iese de sub pătura albă ca de fiecare dată. A. nu suportă să doarmă învelită. Oglinda pătrată situată deasupra mesei de machiaj este conturată și luminată de o instalație de brad pusă în funcțiune mult mai devreme, dar până la urmă, mai e doar o lună până la Crăciun. Iubesc Crăciunul din totdeauna și mi-ar plăcea să-l iubească și A. E așa de greu în ziua de azi să mai iubești lucrurile simple! Pe măsuta de lângă mine, albă și ea, stau 9 trandafiri albi, cu codițe scurte, pe care i-am primit ieri de la Che. Mă răsfăț de fiecare dată când îmi aduce flori și îl întreb ce a făcut. O cană mare cu lapte cald le ține companie.

Once a prince always a princess, asta scrie cu auriu pe cana mea încoronată. Nu vă încruntați, nu sunt genul alintată,

mi-am luat singură cana asta datorită literelor mari, aurii. A, și are și 3 ștrasuri deasupra coroanei, cine a mai văzut cană cu ștrasuri? Asta zic și eu, nu puteam rata ocazia de a o cumpăra.

Am luat o gură de lapte cald și mi-a trecut prin minte ceva: Degeaba ești bună la scris, pici Bacul la matematică, Marin!

Încă mai simt mirosul buretelui stors în apa albită de la atâta cretă, aproape că simt și privirea revoltată a profesorului meu de matematică din liceu, la exclamarea acestei fraze.

Ba nu, domn' profesor. Îl iau.

Nu mi-a plăcut niciodată matematica. Nici fizica, nici chimia. Nici măcar sportul. M-am apucat serios de sport de vreo 9 luni gândindu-mă că mă apropii de 30 de ani și parcă vreau să-mi prelungesc termenul de garanție al picioarelor.

Mi-a plăcut în schimb mereu să citesc și să scriu. Să citesc și să analizez. Să întorc acel ce-a vrut să spună autorul, pe toate pe toate părțile. Era singurul meu talent. Ah și întotdeauna m-am crezut amuzantă, chiar dacă uneori doar eu râd la glumele mele.

M-am apucat de scris cartea acesta cu certitudinea că până la aproape 30 de ani am trăit multe povești care merită să fie povestite. De la 16 ani mă simt o tânără fată bătrână. De foarte mică am avut senzația că pot percepe foarte bine anumite situații și că pot avea darul de a le schimba mersul dacă tratez totul cu tact. Ideea de a scrie cartea a pornit puțin diferit, începusem să redactez un fel de literatură, o îmbinare între întâmplări din viața mea și personaje și locuri fictive. Să fim serioși, mi-am zis după 3 capitole scrise, sunt ticsite bibliotecile de literatură. Oamenii au nevoie de povești trăite uneori în ploi de zâmbete sau de lacrimi. Sentimentele și trăirile se pot repeta, na chiar și întâmplările. Poate am făcut ceva bine la un moment dat de-a lungul anilor, sau ceva rău din care măcar o singură persoană poate trage o concluzie. Despre asta e Cappuccino cu povești. Despre povești scăldate în miros de cafea.

Sunt Loredana Chelba, bine ați venit în viața mea! Pentru că despre asta este, despre viața mea.

CAPITOLUL 2

O fată cu păr scurt și o geantă roșie

Întotdeauna m-am gândit la de unde începe viața omului cu adevărat, oare care e momentul care dă start creierului la înregistrat, în timp, mi-am dat singură răspunsul. Acolo, de unde încep amintirile.

O primă vară, o primă geantă, o primă speranță aprinsă în ochii unei fete tunsă băiețește. Aveam vreo 5 ani când mama mi-a cumpărat primul șorțuleț de un albastru scrobit pe care nu am să-l uit vreodată. În partea stângă o frunză mare însăilată tot de mama cu ață dintr-un material de fundă satinată. Și o geantă roșie, mică, perfectă. O geantă primită de la nașa mea. Nu, nu era o geantă de copil, fusese geanta unei nurori de a nașei mele. Doamne, ce mi-a plăcut. Nu știu cum am făcut de am reușit să o conving pe mama să mă lase să înlocuiesc tradiționalul ghiozdănel cu geanta buclucașă, cert este că eram singura fată de la grădiniță fără ghiozdănel, dar cu o geantă roșie. A fost prima oară când am simțit un sentiment de mândrie când am purtat ceva. Geanta roșie îmi oferă puterea pe care simțeam că nu o am din cauza frizurii mei de băiat. Da, cu o regularitate care mă înnebunea tata mă tunde și pe mine și pe fratele meu,

B. Mereu mă mințea că mă pe mine mă tunde diferit de B. îmi lăsa nu știu ce perciuni. Nimic, aveam frizuri identice. Dar, nu mai conta asta de vreme ce eu aveam geanta. Un chip blând de femeie frumoasă ne-a întâmpinat la intrarea în grădiniță. Avea un zâmbet mare, era tunsă bob și părul îi stătea perfect drept. Mi-a zâmbit fără să bănuiască ce avea să o aștepte. Mi-a prezentat locul meu de la cuier, locul cu „future”, fiecare cui era pus sub paza unui animăluț/pasăre/insectă astfel încât micii ameteți să știe de unde să-și ia papucii și ce mai aveau. Grădinița mi se pare încă cel mai curat loc pe care l-am văzut vreodată. O cameră foarte înaltă, cu pereți albi, cu mese cu blat roz corai și picioare un maron aurit așezate în U care lăsau în fața clasei un spațiu mare de joacă. Geamuri mari, transparente, îngrijite cu sârg de Doamna Puica, îngrijitoarea care, nu știu cum reușea, părea mamă de împrumut pentru fiecare dintre noi, pe timpul programului. Zâmbetul îi era senin, iar blândețea cu care ne vorbea chiar și atunci când ne mostra că nu ne-am strâns cum trebuie șervețelul după masă, te determina să vrei ca data viitoare să-ți dea doar un zâmbet, nu un zâmbet care mimează supărarea. Doamna Puica este motivul pentru care cred că oamenii care stau în preajma noastră atunci când suntem mici ne influențează caracterul și tot ce ține de încrederea cu care pornim în viață.

Nu am fost un copil exemplu, ba din contră, eram certăreată, supărăcioasă, vorbeam mult și neîntrebată și îmi plăcea ca toată lumea să facă ca mine, lucruri care nu pot spune că s-au pierdut în neant odată cu trecerea timpului. Mă salva însă implicarea și dorința de a duce la bun sfârșit fiecare activitate pe care o desfășuram. Iubeam să învăț și să merg acasă să-i povestesc mamei tot ce am aflat nou. De fiecare dată, mama părea fascinată de evoluția mea, iar asta mă făcea să-mi dau și mai mare importanță. Indiferent cât de greu îi era mamei, mă susținea așa cum putea. Era purtătorul meu de cuvânt în ceea ce privește convingerea lui tata față de anumite lucruri

de care aveam nevoie. Prima dată când am simțit că cineva are încredere în mine a fost atunci când educatoarea mi-a oferit rolul Furnicii în balada Greierele și Furnica. Tot atunci am fost pusă în situația de a crea primul outfit din viața mea. Știu că am ajuns acasă și i-am zis mamei că am primit cel mai important rol din serbarea de sfârșit de an, ba nu, că am primit două. Eram litera L și W într-o anumită scenetă și eram Furnica! VAI, eram chiar furnica. Încă de atunci îmi exersam calitățile de comunicare și persuasiune încercând să-i transmit mamei printre rânduri, esențialul. Ce trebuia ea să înțeleagă nu era că va trebui să facă o cheltuială care cu siguranță nu ne pica foarte bine, ci că mi s-a făcut un mare compliment dându-mi-se acest rol. Furnica e harnică, mamă! Și ambițioasă! Doamna m-a ales pe mine, mi-a zis că sunt cea mai potrivită. O să am nevoie însă de ștrampi și tricou negru, fustă roșie și... și un baticuț cu buline.

De unde să iau eu tricou negru, mamă?

Nu știu cum a făcut mama, îmi amintesc că a împrumutat niște bani și s-a dus la Comarnic și mi-a cumpărat ținuta. A fost momentul meu de strălucire. Știam că mă descurc bine și asta îmi dădea și mai multă putere. Capul puțin cărunt al mamei răsărea și avea să răsară în toți anii de școală, undeva din spatele sălii. Era mereu acolo, lângă mine, nu-i plăcea să stea în față, îmi spunea mereu că ea nu coconoasă ca celelalte mame și se temea să nu-mi fie rușine cu ea. Aveam să înțeleg și să nu înțeleg mai târziu ce voia să zică. Mama avea o geacă kaki cu care trecea toate iernile. Ani la rândul am crezut că așa e normal, să ai o geacă și atât. La un moment dat am văzut-o pe mama cum dădea geaca kaki cu cremă de pantofi pentru că se jupuisese. Nu știu cum făcea mama, dar reușea întotdeauna să facă să pară noi lucruri vechi. Le spăla în kilograme de detergent și înălbitor, avea mereu degetele și palmele pufoase, de un roz crud, de la faptul că stătea mereu cu mâinile în apă.

Seri de vară timpurie, miros de salcâm plimbat de adieri ușoare de vânt, rufele mamei albe înălțate pe sârmele care luceau în lumina soarelui, mama cu rochia ei până la genunchi, fără mâneci, scoțând apă din fântâna din curte, cu mâinile roșii ca niște pernițe, de la detergenții folosiți în exces.

Spălatul rufelor pentru mama era ca un ritual. Totul trebuia să fie imaculat. Pe la vreo 6-7 ani mama mă inițiasse deja în arta spălării rufelor. Aveam un lighenmuş roz, al meu, în care spălam batiste și șosete albe. Mama le lua la mână după. Era musai să nu aibă vreo pată. Mama mereu îmi spunea : „Poți să fii cucoană pe stradă dacă rufele pe sârmă nu sunt ca spuma laptelui, e de prisos.”

Tot în timpul grădiniței am testat sau trebuia să testez prima dată senzația de rușine. Ca de fiecare dată, fratele meu B. care era cu 2 ani mai mare decât mine venea la ora 12 să mă ia de la grădiniță. Cred că iarna oamenii trăiesc emoțiile la intensitate mult mai mare altfel nu îmi explic de ce imaginea lui Bogdan e ruptă tot dintr-un vis de iarnă. El într-o geacă de fâș verde, extreme de voluminoasă, din care de abia I se vedea gâtul, capul îl era acoperit de un fes negru cu semnul Nike, fes primit în cadourile de Crăciun pe care le primea de la CFR.

Într-o zi când a venit să mă ia, educatoarea i-a zâmbit și i-a spus că va trebui să mai aștepte o oră. Fratele meu era un băiat timid, mult mai timid ca mine, dar ochii lui puneau întrebările pe care el nu avea curaj să le pună. El nu înțelegea de ce colegii mei au plecat, iar eu mai stau o oră.

Loredana, stă în arest astăzi. Nu îmi amintesc ce făcusem, cert este că am rămas pedepsită încă o oră. Nu m-a traumatizat treaba asta pentru că, probabil, eram convinsă că nu greșisem cu nimic.

CAPITOLUL 3

Zâmbetul meu nu se vinde,
nu se închiriază, nu se donează

Întotdeauna am crezut că pe mama a gădilat-o rău viața atunci când m-a născut pentru că, nu fac eu multe, dar râd, râd mult. De mică. Mi se par triști oamenii care nu înțeleg că cel mai mișto lucru pe lumea asta e să găsești picătura aia de stare de bine în orice, indiferent de situație. Și să nu-mi spunei că nu știi ce înseamnă să nu ai motive să râzi pentru că, credeți-mă, dacă aș fi fost vreo pesimistă cu siguranță aș fi găsit aproape în fiecare zi motive să stau supărată și să-mi plâng soarta, dar nu, eu am preferat să fiu „she designed a life she loved”. Sau pe românește Fă rai din ce ai.

Dacă îmi spune cineva un singur motiv pentru care e mai bine să nu întâmpini orice lovitură a vieții cu un zâmbet, poate îmi reconsider poziția. În afara faptului că dintotdeauna am râs eu, mi-a plăcut și să-i fac pe alții să râdă. M-am gândit recent, când am trecut printr-o perioadă mai dificilă dacă nu sunt oare un trist bufon. Poate e o mască, poate doar asta vreau să se înțeleagă despre mine că duc o viață fără de lacrimă și

că zâmbetul mi-e prieten. Nu. Nu e asta. Sau poate nu mai e. Pe perioada școlii am fost cel mai des taxată pentru buna mea dispoziție pentru că de multe ori mi-o exteriorizam și la ore. Există o probabilitate ca psihologic eu să fi cerșit atenția și simpatia celor de lângă mine prin asta, dar orele la care pur și simplu identificam elementul declanșator al râsului rămân în cel mai roz folder al vieții mele.

La un moment dat o profesoară de geografie mi-a spus că e posibil să sufăr de boala râsului. Aveam vreo 16 ani, nu m-am obosit să mă documentez mi s-a părut doar...o tristă că nu înțelege. O tristă foarte simpatică pentru că era o profesoară pe care o plăceam, sigur că remarcă ei nu mi-a afectat percepția pe care deja o aveam despre ea. Am senzația că asta e o lecție importantă pe care ar trebui să o învățăm cu toții. Judecățile de valoare care sunt emise la un moment dat de alții despre noi, trebuie luate ca atare, analizate la rece, niciodată imediat și apoi tragem concluzii. Un act extrem de egocentric mi se pare să admiri un om pentru ceva ce el reprezintă și apoi, la prima atingere a egoului tău, cu o părere care nu-ți e pe plac să-l arunci pur și simplu la groapa de gunoi a istoriei tale personale.

Că tot vorbirăm de profesori, un mesaj în direcția asta, încă tronează pe prima pagină a albumului meu de terminare a clasei a XII-a.

Îți doresc să-ți rămână întotdeauna zâmbetul pe fața, dar să-l exteriorizezi doar atunci când e cazul. Semnat, doamna mea dirigintă din liceu.

Pe alocuri i-am ascultat sfatul, o perioadă, după care am renunțat și am zâmbit ori de câte ori am simțit ca vreau s-o fac. Din momentul în care ies dimineața din casă, până se termina ziua. Am constatat ca sunt foarte puțini oameni pe lume care pot să treacă peste un zâmbet ca și cum nimic nu s-ar fi întâmplat. Cei puțini, care nu zâmbesc aproape niciodată au vocația nefericirii, așa cred, Zâmbetul este legat de fericire. Cred ca niște oameni mai deștepți ca mine au și demonstrat

ca atunci când zâmbești activezi niște mușchi care activează la rândul lor niște substanțe care la rândul lor dau o stare de beatitudine.

Mereu A. indiferent ce-ar face, Che făcând grătarul cu o meticulozitate care de fiecare dată mi se pare prea prețioasă pentru un astfel de moment, tata, câinii „măimuițându-se” pentru a capta atenția, strugurii aproape copti în vie, cana mea de cappuccino, muzica mea, dulapul meu ticsit de haine, frunzele parțial ruginii la început de toamnă, grădinița cu flori și casa părintească, toate acestea, mie îmi aduc zâmbete și implicit fericire.

Atât de puțin ne-ar trebui ca să fim fericiți în fiecare zi, dacă ne-am propune asta. E un clișeu cu siguranță, dar BUCURAȚI-VĂ de lucrurile simple ca să fiți fericiți. Un om important pentru mine mi-a spus pe vremea când eram doar o puștoaică: „90% dintre cele mai frumoase lucruri în viață sunt gratis, iar restul de 10% sunt extrem de scumpe. Am ajuns la un nivel la care înțeleg exact mesajul vorbelor sale. Înțeleg de asemenea și că unii oameni chiar au vocația nefericirii, adică indiferent ce și cât ar avea sunt chinuți mereu de gândul neîmplinirii, mereu vor altceva, mereu caută altă persoană decât cea pe care o au crezând că merită și mai mult, mereu caută să-și schimbe jobul actual, din aceleași considerente fără a da fericirii sale existente măcar o singură șansă. Acești oameni sunt cei care trăiesc întotdeauna regretând greșelile trecutului și făcându-și mari griji pentru viitor, uitând să trăiască Prezentul, apreciindu-l cu bune și rele. Încercați exercițiul acesta. O săptămână nu vă mai plângeți de nimic, luați totul ca atare și încercați să faceți bine ceea ce faceți și atât. Poate ca rezultatele chiar vor veni de la sine. Eu așa am să fac.