



## 7 Eines per millorar les teves relacions

Com gaudir d'una felicitat interna invulnerable i d'unes excel·lents relacions amb els altres?

### Capítol 2. - Tot el que passa és necessari

#### ► Síntesi del vídeo

Totes les vides són complicades, però això no implica que siguin vides desgraciades.

Aquest curs et permetrà ser feliç, al marge de la vida que et toqui viure. Aquest curs et prepararà per viure qualsevol cosa que et toqui viure.

El pots repetir de tant en tant, perquè cada cop que el facis comprendràs encara més.

L'eina concreta que vull donar-te en aquesta lliçó és que tot el que passa al món és necessari. Si no hi hagués les causes prèvies que la generen, no succeiria. Per tant, és obligatori que succeixi degut a que hi ha causes prèvies. Tot el que té causes prèvies ha de succeir necessàriament.

Això no vol dir que el que passa t'agradi, però al marge que t'agradi o no, tot el que passa és necessari.

Per tant, has d'entendre que no acceptar no aporta res més que patiment. Les persones humanes podem acceptar o no la realitat. Si no l'acceptem, si lluitem contra ella patirem però l'exterior no canviarà.

Fes el que hagis de fer, però sense odi. No diguis als altres els que haurien de fer. Fes el que tu hagis de fer i deixa que els altres facin el que hagin de fer.

No lluitis contra l'exterior, perquè són necessàries. Però fes el que et toqui fer. Fes el teu treball. Fes-lo i punt.

Això és fàcil d'entendre, però no és senzill de dur a la pràctica.

Recorda: no vulguis canviar a la gent. Són com són. Renuncia a lluitar contra la gent, les assignatures, les relacions... Fes el que et toca fer i comprovaràs que la teva felicitat es multiplica quan ho fas.

Si fas el contrari, si et negues a acceptar la realitat, patiràs. També d'aquesta manera també hauràs verificat aquesta eina.

---

## ► Com verificar el contingut?

T'animo a fer el següent:

*No lluitis contra l'exterior: ni persones, ni situacions.*

*Però actua: fes el que has de fer.*

I comprovaràs que la teva felicitat interior s'incrementa.

També comprovaràs que les teves relacions amb els altres milloren.

Però també ho pots comprovar per contrast:

*Lluita contra l'exterior, contra les persones i les situacions que no t'agraden.*

*Tu no facis la teva part, sinó que exigeix que als altres canviïn.*

També així verificaràs aquesta eina: la teva felicitat interior caurà en picat i tindràs conflictes continuats amb l'exterior.

## ► Y además...

Com tens la sort de parlar també espanyol, et proposo d'escoltar el vídeo en castellà. Ofereix el mateix contingut, però amb exemples i paraules una mica diferents. Igual et serà útil per entendre-ho encara més.

**Si vols, ens veiem a la propera lliçó!**

*DIG*

*Daniel Gabarró*

**Campus**  
**danielgabarro.com**

Vídeo-Cursos  
**gratuïts OnLine**  
per a la transformació  
positiva de la vida  
de la gent

**Protegim el Planeta:**

No imprimeixis aquest  
document si pots evitar-ho.



**¡Comparteix!**

Aquest contingut és lliure.  
Comparteix si vols.



Aquest document PDF és de difusió lliure i gratuïta, està associat al vídeo-curs

**7 EINES PER MILLORAR LES TEVES RELACIONS.**

Pots trobar-lo, a més d'altres vídeo-cursos a [www.campusdanielgabarro.com/cat](http://www.campusdanielgabarro.com/cat)