

అణకువ అంటే ఇదీ..!

మనలో చాలామంది అణకువ అనే విషయాన్ని చాలా అతిశయంగా భావిస్తూ ఉంటారు. అయితే... మీరెవరు, మీరు ఎక్కడ ఉన్నారు, మీరు లేనప్పటికీ ప్రపంచం ఎప్పుట్లానే నడిచిపోతుందనే విషయాల పట్ల ఎరుక ఉండటమే అణకువ.

అంగీకరించి సాగిపోవడం

సహనంగా ఉండటం అంటే జరిగిన దాన్ని అంగీకరించడమే. పరిస్థితులను ఉన్నది ఉన్నట్టుగా అంగీకరించాలి. అవి మీరు కోరుకున్నట్టుగానే జరగాలని భావించకూడదు. ఇంకా ముందుకే చూడాలి తప్ప వెనక్కి చూసుకోకూడదు.

సానుకూలత

ఆనందంగా ఉండటమే గొప్పతనం. అంతేతప్ప, ఇక్కడ గెలవడమో.. అక్కడ గెలవడమో కాదు. సాధనను ఆనందించడం, ప్రతిరోజునూ ఆనందించడం, కష్టించి పనిచేయడాన్ని ఆనందించడం, ఇంతకుముందు కంటే మెరుగైన ఆటాడిగా నిలవడానికి ప్రయత్నించడం గొప్పతనం.



ఓటమి భయం నుంచి...

ఓడిపోవడం నాకు శత్రువేమీ కాదు... కానీ ఓడిపోతానేమో అనే భయం మాత్రం నాకు శత్రువు... అంటాడు నాదల్.

పరిశ్రమ-విజయం

గెలవడానికి అవకాశాలు మృగ్యమైపోతున్నప్పుడు కూడా ఆటను అంటిపెట్టుకునే ఉండాలని నేను నేర్చుకున్నాను. కాబట్టి ప్రతి కాల పరిస్థితుల్లో వెనకడుగు వేయకుండా మీ శాయశక్తులా ప్రయత్నించి అదృష్టం పరీక్షించుకోండి.

Rafael Nadal

రఫేల్ నాదల్.. టెన్నిస్ పేరు ఎత్తగానే మనసులో తట్టే పేరు. స్పెయిన్ కు చెందిన ఈ అగ్రశ్రేణి క్రీడాకారుడు అక్టోబర్ 10న టెన్నిస్ ఆటకు వీడ్కోలు పలికాడు. ఎత్తుపల్లా లతో కూడిన తన క్రీడా యాత్రలో నాదల్ 22 గ్రాండ్ స్లామ్ టైటిల్స్ గెలుచుకున్నాడు. ఫ్రెంచ్ ఓపెన్ లో అత్యధిక టైటిల్స్ సాధించి క్లెయిమ్ రారాజుగా ప్రసిద్ధి చెందాడు. మనం ఎలా జీవించాలనే దానికి ఆయన నుంచి నేర్చుకోదగ్గ మంచి మాటలు కొన్ని ఉన్నాయి.



ఉత్తమ ప్రదర్శన

నిన్నటి కంటే ఈరోజు ఉత్తమంగా ఉండటానికి మాత్రం ప్రయత్నించండి.

విజయ రహస్యం

మళ్ళీ బరిలోకి దిగడానికి ఉన్నది ఒకే ఒక్క మార్గం... కదలడం, పరిగెత్తడం, ఒత్తిడిని నియంత్రించుకోవడమే.

మెరుగ్గా ఉండటం

నేను కష్టించి పనిచేయడాన్ని ఇష్టపడతాను. అదే నా తత్వం. నేనెప్పుడూ మెరుగ్గా ఉండాలని కోరుకుంటాను.

కుటుంబం

కుటుంబం చాలా ముఖ్యమైనది. విషయం ఏదైనా సరే... మీకోసం కుటుంబసభ్యులు అన్ని వేళలా అండగా ఉంటారు.

గెలుపు ఓటములు

ఓటమి అనేదే లేకపోతే మీరు విజయాలను అసలే ఆస్వాదించలేరు. కాబట్టి రెండింటినీ అంగీకరించండి.

నాదల్
పాయింట్స్ ఆఫ్ సర్వైవ్

