

# Overcoming ADVERSITY



Smooth seas do not make skillful sailors. — African proverb

I can't change the direction of the wind, but I can adjust my sails to always reach my destination.  
— Jimmy Dean (1928–)

The good things of prosperity are to be wished; but the good things that belong to adversity are to be admired. — Seneca (4 BC–65 AD)

You cannot control what happens to you, but you can control your attitude toward what happens to you, and in that, you will be mastering change rather than allowing it to master you.  
— Brian Tracy (1944–)

A man is insensible to the relish of prosperity until he has tasted adversity. — Sa'di Musharrif-uddin

Reflect upon your blessings, of which every man has plenty, not on your past misfortunes, of which all men have some. — Charles Dickens (1812–1870)

The only disability in life is a bad attitude. — Scott Hamilton (1958–)

In the middle of a difficulty lies opportunity. — Albert Einstein (1879–1955)

All the world is full of suffering. It is also full of overcoming.  
— Helen Keller (1880–1968)

We have no right to ask when sorrow comes, “Why did this happen to me?” unless we ask the same question for every moment of happiness that comes our way. — Author Unknown

A bend in the road is not the end of the road... unless you fail to make the turn. — Author Unknown

A wise man adapts to circumstances as water shapes itself to the vessel that contains it. — Chinese Proverb

The world is on the side of those who are left standing. — Turkish proverb



# التغلب

## على الحظ العاشر

عدم المقدرة في الحياة هو موقفٌ سيء - سكوت هاملتون (١٩٥٨).

البحار الهدئة لا تصنع ملاحين متعرسين - مثل إفريقي.

في وسط المصاعب تكمن الفرص - البرت اينشتاين (١٨٧٩-١٩٥٥).

لا أستطيع تغيير اتجاه الرياح. لكنني استطيع تعديل الأشرعة للوصول إلى وجهتي - جيمي دين (١٩٢٨-).

العالم مليء بالآلام، وكذلك مليء بالانتصارات - هيلين كيلر (١٨٨٠-١٩٦٨).

ننمنى حدوث الأشياء الجيدة وقت الإزدهار، لكن الأشياء الجيدة التي تحدث وقت الشدائـ هي ما تثير الإعجاب - سينكا ٤ ق.م - ٦٥ ب.م

لا يحق لنا السؤال عن قدوم الأحزان «لماذا حدث ذلك لي؟» إلا إذا سألنا نفس السؤال لكل لحظة سعادة في حياتنا - الكاتب مجهول.

لا تستطيع السيطره على ما يحدث لك، لكنك تستطيع السيطره على موقفك اتجاهه، وبذلك فإنك تحكم بالتغيير أكثر من السماح للأحداث بأن تحكم بك - برايان تريسي (١٩٤٤-).

الانحناء في الطريق ليست نهاية الطريق... إلا إذا فشلت في اجتياز المنحنى - الكاتب مجهول.

الرجل الحكيم يتأنّل مع الظروف كما يتأنّل الماء مع الوعاء - مثل صيني.

الإنسان لا مبالى إلى لذة الإزدهار حتى يذوق طعم الحظ العاشر - سعدى شرف الدين.

العالم مع أولئك الواقفين - مثل تركي.

فلتفكر في النعم التي لديك حالياً والتي يملك كل شخص منها الكثير بدلاً من التفكير في البلايا الماضية التي واجه الجميع ببعضها - تشارلز ديكنز (١٨١٢ - ١٨٧٠).