Wszystko jest tymczasowe

Fragment (PDF)

Autor: Mario Lopez

Wersja: 28.02.2026

Zawarte rozdziały:

- Kilka słów na początek
- Wstęp
- Najstarszy dowód?

Uwaga: Ten fragment jest przygotowany dla landing page i może być udostępniany.
Wszelkie prawa zastrzeżone.

Kilka słów na początek

Ta książka jest dla ciebie.

Jest o rzeczach, które mogą spotkać każdego z nas: strata, ból, strach, ale też nadzieja, nowy start i te małe momenty, które stawiają nas z powrotem na nogi.

Nie piszę po to, żeby brzmieć mądrze. Piszę, bo sam przeżyłem, jak szybko wszystko może się zmienić. Człowiek myśli, że ma wszystko pod kontrolą, a potem przychodzi życie i pokazuje coś innego.

Najważniejsza myśl w tej książce jest prosta: Wszystko jest tymczasowe. To, co cię teraz obciąża, nie zostanie na zawsze. To, co cię straszy, nie będzie wiecznie nad tobą wisieć. Nawet smutek nie ma ostatniego słowa. Nie zostanie tak, jak jest teraz i właśnie to może nam pomóc iść dalej.

Ale to działa nie tylko w trudnych czasach, bo tak samo dobre rzeczy też nie są na zawsze. Piękne chwile mijają. Szczęście przychodzi i odchodzi. I dlatego nie wolno tych chwil przegapić, odkładać ich na później ani mówić: „kiedyś to nadrobię”. Jeśli teraz jest dobrze, to ciesz się tym. Wdychaj to. Bądź tu. Bo ta chwila też minie.

Czytaj tę książkę powoli, może tylko jeden rozdział dziennie. Weź z niej to, co do ciebie pasuje. A jeśli przy jakimś zdaniu zatrzymasz się na moment, to jest dokładnie w porządku.

Życzę ci, żebyś na tych stronach znalazł coś, co pozwoli ci lżej oddychać.

Wstęp

Wszystko jest tymczasowe. Trzy proste słowa, a jednak jest w nich więcej prawdy, niż wielu z nas chce przyjąć. Nic nie zostaje takie samo: ani ból, ani radość, ani samo życie. Wszystko się zmienia i właśnie w tym też jest sens.

Ta książka nie jest poradnikiem, który mówi ci, jak masz żyć. Bardziej jest jak towarzysz: szczery, prosty, ludzki. Są tu myśli i doświadczenia z prawdziwego życia. Niektóre były piękne, inne bolesne, ale wszystkie miały coś wspólnego: pokazały, że nawet to, co wydaje się bez końca, kiedyś mija.

Nie pisałem tej książki dlatego, że już wszystko rozumiem. Napisałem ją, bo życie wiele daje. Czasem cicho, czasem brutalnie. Ludzie przychodzą i odchodzą. Czasy się zmieniają. Nawet te momenty, które najbardziej nas kształtują, nie trwają wiecznie.

Dla kogo jest ta książka? Dla tych, którzy czasem za dużo myślą. Dla tych, którzy biorą życie zbyt serio. Dla ludzi, którzy się martwią, wątpią i nie zawsze wiedzą, co zrobić ze swoimi myślami. Dla tych, którzy chcą nauczyć się puszczać. Dla tych, którzy chcą bardziej świadomie przeżywać „teraz”. I także dla tych, którzy są akurat w trudnym czasie i potrzebują choć odrobiny oparcia.

W życiu często próbujemy coś zatrzymać: ludzi, sukces, chwile. Ale wszystko ma swój czas. I czasem rozumiemy to dopiero wtedy, gdy coś już minęło. Życie uczy cierpliwości i ciągle przypomina: nic nie jest wieczne. Ani dobre, ani złe.

Kiedy czytasz tę książkę, życzę ci, żebyś co jakiś czas się zatrzymał. Żebyś zobaczył, że trudne fazy też mijają. I żebyś nauczył się bardziej cieszyć tym, co dobre. Bo każda chwila, choćby mała, jest jedyna i nie do odzyskania.

I może ta książka pomoże ci brać sprawy trochę lżej, bo na końcu zawsze wraca ta sama prawda: Wszystko jest tymczasowe.

Najstarszy dowód?

Kiedy człowiek myśli o słowie „tymczasowe”, to często najpierw myśli o własnym życiu. O zmianach. O starzeniu się. O początku i końcu.

Ale co się dzieje, jeśli spojrzysz szerzej. Dużo szerzej. Tak daleko, aż zobaczysz całość?

Naukowcy zakładają, że wszystko zaczęło się około 13,8 miliarda lat temu. Wielkim Wybuchem, tak zwanym Big Bangiem. To moment, którego prawie nie da się sobie wyobrazić. Z pozornego nic nagle powstały przestrzeń i czas, energia i materia. A od tamtej chwili wszechświat się rozszerza.

Powstają galaktyki. Poruszają się, zderzają, zmieniają. Rodzą się gwiazdy, świecą przez miliony lat i gasną. Nawet nasze słońce, które daje nam codziennie światło i ciepło, kiedyś zgaśnie. Nie dziś i nie jutro, ale kiedyś.

Nawet planety, księżyce i czarne dziury są w końcu tylko „na chwilę”. Powstają, zmieniają się i znikają.

Jeśli człowiek naprawdę to rozumie, wtedy jedno robi się jasne: nic nie trwa wiecznie. Nawet gwiazdy. I może nawet czas nie zawsze będzie taki, jak go dziś znamy.

A teraz postaw obok tego nasze życie: średnia długość życia na świecie to około 73 lata. W wielu krajach 80 albo trochę więcej. W porównaniu do 13,8 miliarda lat ludzkie życie to prawie nic. W procentach całe życie to około 0,0000005 procent dotychczasowego istnienia wszechświata. Kropka tak mała, że prawie jej nie widać.

A mimo to traktujemy to krótkie życie strasznie poważnie. Złoszczimy się, kłócimy, walczymy, jakby wszystko miało trwać wiecznie. A przecież jesteśmy tu tylko na chwilę. Jak gość, który zaraz znów idzie dalej.

Dlatego warto dobrze wykorzystać ten czas: żyć, kochać, śmiać się, czuć. I nie robić wszystkiego tak ciężkim. Zwłaszcza nie robić ciężkim samego siebie. Bo nawet największe zmartwienia kiedyś cichną. Bledną. Jak gwiazda, której światło długo do nas leci, choć ona już dawno nie istnieje.

Może właśnie to jest najstarszy dowód: wszystko jest tymczasowe. Nic

nie zostaje takie, jak było. Nawet wszechświat. I może właśnie w tym jest piękno, że jesteśmy częścią czegoś ogromnego. Krótko, na moment, a jednak naprawdę żyjemy.

Wszystko jest tymczasowe