

EMPOWERMENT FOR CAREGIVERS

NOTABLE QUOTES



All problems become smaller if we don't dodge them but confront them.

—William F. Halsey

Out of difficulties, grow miracles.

—Jean De La Bruyere

A difficult time can be more readily endured if we retain the conviction that our existence holds a purpose, a cause to pursue, a person to love, and a goal to achieve. —John Maxwell

Laughter and tears are both responses to frustration and exhaustion. I myself prefer to laugh, since there is less cleaning up to do afterward.

—Kurt Vonnegut

Remember sadness is always temporary. This, too, shall pass.

—Chuck T. Falcon

The greatest weapon against stress is our ability to choose one thought over another. —William James

Sometimes it helps to know that I just can't do it all. One step at a time is all that's possible—even when those steps are taken on the run. —Anne W. Schaef

Strength means recognizing that it is impossible to be strong all the time.

—Sally Franser

Love cures people—both the ones who give it and the ones who receive it. —Karl Menninger

We make a living by what we get, but we make a life by what we give.

—Norman Macewan

The love we give away is the only love we keep. —Elbert Hubbard

Those who bring sunshine into the lives of others, cannot keep it from themselves. —Sir James M. Barrie

تمكين مانحي الرعاية

القوّة تعني الإدراك أن من المستحيل أن تكون قوياً طيلة الوقت. — سالي فرانز

جميع المشكلات تصبح أصغر إذا لم نتفاداها. بل إذا واجهناها. — ويليام إف. هالزي

الحب يعالج الناس — كلا الطرفين: الذين يقدمونه والذين يتلقونه. — كارل ميننجر

من رحم المصاعب تولد العجائب. — جان دي لا بروبير

نحن نكسب عيشنا ما نحصل عليه. ولكننا نصنع الحياة بما نقدمه. — نورمان ماسيوان

إن الوقت العصيب يمكن تحمله بسرور أكبر إذا ما استعدنا إيماناً الراسخ بأن وجودنا له غاية. وقضية نتابعها. وشخصٌ نحبه وهدف ننجزه. — جون ماكسيويل

الحب الذي نمنحه للآخرين هو الحب الوحيد الذي نحافظ عليه. — إلبرت هبارد

الضحك والدموع كلاهما استجابة للإحباط والإرهاق. أنا شخصياً أفضل أن أضحك لأن ذلك لا يستدعي الكثير من التنظيف بعده. — كورت فوغلوت

أولئك الذين يجعلون الشمس تستطع في حياة الآخرين لا يمكنهم جبسها عن أنفسهم. — السير جيمس إم. باري

تذكر أن الحزن مؤقت. فسوف يمضي في سبيله بالنهاية. — تشاك تي. فالكون

إن أعظم سلاح ضد الإجهاد هو قدرتنا على أن نختار فكرة بدلاً من أخرى. — ويليام جيمس

أحياناً، يساعدني أن أعرف أنني لا أستطيع القيام بالعمل كلّه. فخطوة واحدة في كل حين هي كل ما يمكن القيام به. حتى لو كانت تلك الخطوات تتم على عجل. — آن دبليو. شيف