

Zeitschrift: Helvetia : magazine of the Swiss Society of New Zealand
Herausgeber: Swiss Society of New Zealand
Band: 30 (1967)
Heft: [4]

Artikel: Adjust and be happy
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-942331>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 19.08.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Adjust and be Happy

IF ONE were to seek for the quality most likely to equip a man for successful living it would be hard to overlook that of "the ability to adjust".

Human living is very largely one of adjustment. We must learn to adjust ourselves at our work, in our marriage, in our family group, in our wider spheres of social living. The happy, successful man is usually the well-adjusted man.

There is one other factor in this connection which is equally important—our attitude to those adjustments. If we can learn to throw off all vestige of self-pity or resentment about the things in life to which we have been forced to conform or adjust, and take it all philosophically as part of life's inevitable process, then we have indeed equipped ourselves well to get the most out of life.

PROGRESS