



Огледалото на живота

осма седмица

www.diy-coach.com

ОСМА СЕДМИЦА

ПРОСТО НЕ ОЗНАЧАВА ЛЕСНО

ден 1

Какъв ли щеше да бъде вашият живот ако можехте да дадете повече място на простотата? Просто имам предвид хармонично, плавно, свободно и точно, почти като движението на пантерата. Долавяте ли как у вас се поражда все по-голям интерес към простотата? Нали помните, че всичко гениално е просто! Да направим заедно един опит...

Ето че стигнахме до последната седмица! Как се чувствате? Ако мислите, че не сте направили достатъчно, може да повторите някое упражнение... Защото темата днес е простотата! За да направите живота си по-семпъл, най-добре е да оставите зад гърба си всичко, което е излишно и ненужно. Именно то ви дърпа назад и ви възпрепятства да поставите на длан, това, на което наистина държите. Ще попитате как се прави? Има много начини, за да откриете Геният на вашата простота. Препоръчвам ви да започнете от тук: **елиминирайте междинните стъпки между средата и края, т.е. между целта и средствата** (защото рискувате да се изгубите по пътя и никога да не стигнете до края). Например: ако вашата цел е да отслабнете, изберете една дейност, чийто краен ефект е отслабването. Ако искате да намерите идеалния партньор – изберете между различните възможности за среща тази, която според вас е най-валидната. И после я изпълнете, без да мислите повече. Ако искате една творческа работа направете избора, който ви води в тази посока. **А не така: „Искам една творческа работа (цел), но приемам едно по-сигурно място като асистент (средство), защото дори и да не ме удовлетворява, в същото време мога да печеля все нещо (средство) и даже да спестя пари за един курс (средство).”** Тази верига от събития само ви отдалечава от вашата цел и не прави друго, освен да забавя (дори преуморява) вашата увереност. А вероятно вече знаете, че тя се движи по много директни коловози: **желание и реализация**. „Е това ли е простият път?” ще попитате вие. Ето един пример: Аз бих казала НЕ на тази административна работа, ако наистина ме интересува творческата дейност. Ще отделия 3 месеца (ако е необходимо и повече), за да я търся. После ще увелича периметъра: онлайн, в чужбина, и т.н. Когато вие първи опростите нещата, и вашият живот също става по-семпъл, като ехо, което ви обгръща в планината.



**ОТКАЖЕТЕ СЕ ОТ ТОВА,
КОЕТО НЕ ВИ ТРЯБВА ПОВЕЧЕ**

Помислете за момент – лесно ли се разделяте със старите и непотребни вещи? А със старите стракове? Дори и да не ви се вярва, механизмът е същия! Ето още някои идеи как да следвате по-простия път към целта:

- ✓ Елиминирайте от вкъщи и от гардероба си всичко излишно, което не използвате от години и заема място.
- ✓ Концентрирайте се върху изпълнението само на едно нещо, а не гледайте да вършите три неща едновременно. **Какво ще правите днес?** Запишете го във вашата Тетрадка без да въздишате. И всичко останало, което днес спонтанно ви дойде на ум го запишете отново във вашата Тетрадка.



- ✓ Оставете празни редове... в бележника си, не запълвайте всяка минута от вашия ден с предварителни ангажименти. Оставете си глътка въздух...



Методът Силва – препрограмиране на ума

<http://sebezpoznanie.com/psihologiq/upravlenierealnost/metodytsilva/>

Вероятно вече сте чували за Методът Силва, за контрол на ума? От него избрах едно лесно упражнение, което се нарича „Чаша вода“.

Особено подходящо е, когато пред вас стои някаква дилема или сложна ситуация за решаване. Ето какво трябва да направите:

Ритуалът с 1 чаша вода до леглото. Вечерта поставете 1 чаша вода до леглото си. Помислете за момент за вашата цел, която искате да постигнете или за отговора на въпроса, който не ви дава мира. Изпийте половината от водата с мисълта: „Това е най-доброто, което мога да направя.“ И после легнете спокойно да спите. На сутринта щом отворите очи, изпийте останалата вода в чашата и повторете думите: „това е най-доброто, което мога да направя.“ После бъдете наблюдателни за всяка случайна ситуация, всяка мисъл, всяко чувство, които ви се представят през този ден... И така до края на тази седмица.



Погледнете добре тези 12 символа. Познати ли са ви? Вероятно не... Но имайте още малко търпение. Сега изберете само един от тях, напълно интуитивно без логика и обяснение. Наричат се ОРЕНДА или името на Божествената енергия по нашите земи. Сега можете да прочетете книжката и да разберете защо вашата интуиция избра точно този символ!

Книжката Оренда можете да изтеглите от секцията „Материали“ на сайта <http://diyo-coach.com/>

<http://www.orenda.bg/>

Пътуващата изложба „Глаголица и Прабългарски Руни“ на художника Павлин Петров



https://www.youtube.com/watch?v=As5NuEK_Tfw



„Войната на буквите“

Делят ни броени дни до излизането на най-новия роман на известната българска писателка Людмила Филипова – „Войната на буквите“, който разкрива невероятната история на нашата писменост.

<http://www.ludmilafilipova.com/>



Напоследък все повече от нас си задават въпроса къде се крият корените на нашия български народ. Голяма част от най-новите открития в тази област можете да намерите в поредицата от книги на Д-р Стефан Гайд: „Тракийското Писмо ДЕКОДИРАНО“ www.InstituteT-Science.com

Д-р Стефан Гайд: „Богоизбраният ни и богопосветен народ е призван да разкрие тайната на Сътворението и да промени хода на историята за бъдещите поколения”

<http://www.chudesa.net/d-r-stefan-gaidbogoizbraniyat-ni-i-bogoposveten-narod-e-prizvan-da-razkrie-tainata-na-satvorenieto-i-da-promeni-hoda-na-istoriyata-za-badestite-pokoleniya/>



„Колкото повече човек научава за своята невероятна история, толкова повече у него напират въпросите свързани с бъдещето. От дълги години в Австралия живее и работи известния български астролог Любомир Червенков който търси отговорите на тези въпроси в дълбочината на своята наука: Откъде идва и на къде отива българския народ през 21 век.“ <http://lubomir.name/bg/>

...

А по-нататък? Заинтригувах ли ви?

Свържете се с мен на info@diyo-coach.com за да продължим!