

Р.Р. Кулетов

# КНИГА

## БАЛАНСИРОВКИ



САМЫЙ ПРОСТОЙ СПОСОБ НАСТРОЙКИ  
МЫШЛЕНИЯ

18+

Радик Кулетов

**Книга балансировки Я**

«Автор»

2024

## **Кулетов Р. Р.**

Книга балансировки Я / Р. Р. Кулетов — «Автор», 2024

Страдания и переживания у нас происходят от программ, ярлыков и установок, несогласованных внутри себя. В данной книге есть максимально простой практический метод, как успокоить свой ум и обрести внутренний покой.

© Кулетов Р. Р., 2024

© Автор, 2024

# Содержание

Кто мы?	6
Я	7
Непринятие	8
Конец ознакомительного фрагмента.	9

# **Радик Кулетов**

## **Книга балансировки Я**

## Кто мы?

Наша жизнь целиком состоит из наших желаний, предпочтений, страхов, переживаний, мыслей, ощущений, осознания, оценки происходящего, реакций, привычек, любви, ненависти, зависти, фантазий о будущем и мыслей о прошлом и физической активности.

Основной всего является наша собственная мысль о себе, людях, вселенной и материальных предметах, о своих поступках и поступках людей.

Если человек находится в балансе своих мыслей, то у него счастливая жизнь, нет поводов для страданий и переживаний.

Страдания и переживания, у нас происходят от программ, ярлыков, несогласованных внутри себя, это происходит когда начинаешь делить мир, на плохо и хорошо, не принимая в себе и других людях одну из сторон этих крайностей, любых форм и проявлений, начинается сопротивление миру, себе и своему я.

## Я

Я сам, всё это проживаю и чувствую, я искал сотни способов как выйти из этого состояния, но нигде я так и не нашёл чёткой инструкции, мне пришлось методом проб и ошибок, создать такую инструкцию для себя и я понял, что действительно нашёл как успокоить свой ум и прийти в баланс внутреннего я, для прибывания в точке здесь и сейчас. Я понял, что этот метод работает, ко мне пришло вдохновение написать небольшую книгу инструкцию и опубликовать её.

## Непринятие

Наш ум – это крутой товарищ, исполнитель и надзиратель, но в процессе жизни, мы его научили нелепым выводам, мы(нам) навязали тотальное непринятие половины реальности, теперь наш ум чётко выполняет поставленные нами задачи, следит чтобы всё было правильно и согласованно с прошлыми убеждениями, привычками, страхами и желаниями, но чем старше становишься, тем больше накидываешь на себя ярлыков и они становятся непосильным грузом в нашей жизни, они начинают сковывать, ограничивать и само разрушать своё я, но есть способ всё это исправить и прийти в гармонию со своим умом и расставить всё по местам.



## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.