

МЫЛО



ДЛЯ ВНУТРЕННЕГО
БОМЖА

Фаверо Алёна

12+

Алена Фаверо

Мыло для внутреннего бомжа

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=58491524

SelfPub; 2024

Аннотация

Это мини-книга, чтение которой займет не более 10 минут. Программы подсознания и два метода их чистки. Минимум теории, максимум практики. "Мыло" и "тряпка" для поддержания гигиены сознания.

Алена Фаверо

Мыло для внутреннего бомжа

Знаешь уровень своего внутреннего бомжа? Осознаёшь, сколько мусора и деструктива в подсознании?

«Почему у меня ничего не получается? Почему я не чувствую счастья?». Потому что свалка перекрыла все входы и выходы. И даже если есть понимание, что надо бы весь этот хлам разобрать. Но «лень, мало времени, а с чего начать и как-нибудь потом». Это «потом» наступает, а действий нет. Чего ждёшь? Что кто-то сделает это за тебя? Что само собой растворится? Что и так сойдёт?

Ок. Жди.

Серьёзно, закрой книгу и продолжай делать и думать, как раньше. Зачем тебе все эти улучшения и чистки подсознания. Живут же люди без медитаций и осознанности. И ты как-нибудь проживёшь.

Спасибо за внимание. До свидания.

Продолжаешь читать? Значит не очень хочется «как-нибудь». А чего хочешь? Счастья? Богатства? Любви?

А если конкретнее? Сможешь прямо сейчас перечислить свои мечты? Хотя бы 10?

Невозможно чувствовать счастье, если не живёшь мечтой или не идёшь к ней. Жизнь как компромисс – не работает.

Можно публиковать прилизанные фотографии в соц.сетях, покупать дизайнерские вещи и отдыхать на пляже, но

все это не принесёт удовольствия, если нет внутренней гармонии, если нет СМЫСЛА.

Потому что наедине с собой, особенно пред сном, когда внешний мир как будто перестаёт существовать, чувствуешь пустоту и страх.

А вот небольшой **тест** на уровень внутреннего бомжа:

1. Частое раздражение
2. Желание отреагировать агрессивно
3. Эмоциональные качели
4. Слишком много мыслей о прошлом
5. Чувство вины
6. Ощущение, что мир настроен против тебя
7. Страх будущего
8. Постоянная критика в адрес других и себя
9. Быстрое «перегорание» желаний
10. Постоянная усталость
11. Ощущение, что ты жертва обстоятельств
12. Повторение одних и тех же ситуаций
13. Зависимость настроения от событий
14. Желание все контролировать
15. Апатия
16. Панические атаки
17. Ощущение безысходности
18. Страх желать

Сколько пунктов присутствует в жизни – такой и уровень

внутреннего бомжа. Чем больше уровень – тем грязнее и вонючее бородач.

Осознать это – уже большой шаг.

Но теперь важный вопрос: кто готов взять мыло и начать генеральную уборку своей жизни? Кто готов разобрать мусорные завалы и помыть бомжюлю?

Если сомневаетесь – остановитесь здесь. Пока просто поживите с мыслью о том, что внутренняя гигиена – ОБЯЗАТЕЛЬНА для всех. Переходите к следующему этапу, только когда почувствуете, что хотите обрести гармонию и чистоту.

В этой мини-книге я дам вам тряпку и мыло – две простые, самые элементарные практики на каждый день. Они настолько мощные, что эффект можно почувствовать после одного дня применения. Но сначала посмотрим на то, как накапливается внутренняя мусорка.

Представьте новый компьютер, пока там есть только операционная система и несколько базовых программ – так выглядит подсознание ребёнка. Постепенно программа за программой, приложения и файлы устанавливаются и начинают срабатывать. Все, что говорят, показывают взрослые, собственный чувственный опыт, память, выводы и так далее – все это загружается каждый день. Чем чаще активируется программа – тем она сильнее.

То есть если малыш часто слышит слова любви и поддержки, то это будет доминирующим в его развитии. Соответс-

венно, если активируются деструктивные образы, события, выражения – они начинают определять мышление.

Все, что мы проживаем – откладывается в подсознании. Компьютер начинает глючить, потому что за жизнь каких только вирусов не нацепляешь. Вот почему когда все в жизни объективно хорошо, внутри нет покоя. Мусор воняет. Компьютер виснет. Нужна уборка и чистка программных файлов.

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.