

Miten tästä eteenpäin.

Tästä eteenpäin toivottavasti voit jatkaa pohdintaa, hyödyntää ja palata uudelleen tehtäviin ja antaa ajatuksen kasvaa ja laajentua.

Ihminen voi ymmärtää vain sen, minkä hän tällä hetkellä ymmärtää. Sen takia on tärkeää antaa itselleen aikaa, että oivallukset syventyvät ymmärrykseksi ja ymmärrys toiminnaksi.

Jatkossa voit ylläpitää ja laajentaa itseymmärrystä tällä vanhalla perinteisellä tehtävällä. Ota se loppuelämän tavaksi.

Loppuelämän tehtävä.

Ota joka aamu tavaksesi ennen mitään muita aamutoimia kirjoittaa kolme sivua käsin tekstiä siitä mitä mielessäsi pyörii. Kirjoita vain ilman mitään tavoitetta ja ilman päämäärää. Voit kirjoittaa vaikka, että en tiedä mitä kirjoittaisin, kunnes jokin ajatus tulee. Siis vain tajunnan virtaa.

Älä lue kirjoituksiasi kuin vasta vähintään 2 kuukauden kuluttua ensimmäisestä kirjoituksestasi. Voit kirjoittaa, vaikka kirjekuoriin, jotka suljet, jos lukeminen houkuttaa liikaa.

Tulet yllättymään omista kirjoituksistasi, katkerasta, iloisesta, vihaisesta, rakastavasta jne. Kaikki on sallittua ja näet konkreettisesti, miten mielesi muuttuu.

Muista vain, että nämä kirjoitukset eivät ole tarkoitettuja muiden silmiin, ei kirja projekteiksi, eikä palkintojen saamiseksi. Ne ovat vain ja ainoastaan mielen tyhjennys ennen alkavaa päivää.

-Kirjoita :)