

**Авторская программа  
ЦТЛ «АнтиСудьба»  
Руководство к лучшей жизни,  
к лучшей версии себя.  
«Стань счастливым и  
успешным человеком»**

Счастье, есть состояние блаженства и умиротворённости. А достигается оно за счёт баланса во всех сферах нашей жизни. Успех, есть реализация своего внутреннего потенциала (таланты, качества, истинные желания).

Почему людям сложно прийти к счастью и успеху? Ориентиры вовне, на внешние ценности заставляют людей неизбежно страдать. Внешние ценности, это то чего нам якобы не хватает для ощущения полного счастья и успеха, и мы пытаемся это найти вовне. Деньги, машины, квартиры, отношения, признание, уважение, принятие и т.д. И вот если мы не получили желаемого или потеряли, то неизбежно будем страдать. Идёт постоянное сравнение и сопоставление, что есть у меня и что есть у других.

**Зависимость от внешних ценностей это всегда путь к страданиям. Наше мышление изначально запрограммировано таким образом, что мозг ориентируется только на внешнюю (материальную) часть нашей жизни. Другими словами если мы будем жить нашим мышлением и его программами, то наша жизнь будет сложной и истинно счастливыми, и успешными людьми нам никогда не стать. И неважно, что мы имеем и чего добились в материальном мире, относительно тех внешних ценностей, которые мы приобрели. Мы всегда будем ощущать пустоту, поскольку все внешние ценности являются искусственными, созданные не нами и подсажены нам. По этой причине единственный верный способ стать счастливым и успешным человеком, это жить в соответствии с программой своей души. И наш центр разработал свой уникальный метод, который поможет человеку осознать программу своей души (предназначение) и жить в соответствии с ней.**

**Наш центр поможет наладить связь с вашей душой. Все истинные ценности (качества, таланты) у нас внутри и всё, что нам нужно, так это лишь опереться, достать их и показать всему миру. Мы поможем наложить все ваши способности на ту сферу и тот образ жизни, который максимально раскроет вас как личность. Стать истинно успешным и реализованным возможно только в вашем любимом деле и той жизнью которая откликается изнутри. Не зря имеет-ся всем известное выражение: «Жить так, как душе угодно». Независимость от внешних ценностей и ориентиры на свои внутренние, в т.ч. состояние и есть ключ и алгоритм счастливой жизни. Мы будем Вашими проводниками на пути к счастью и успеху.**

**Настроив «правильно» всего лишь ОДИН день нашей жизни, мы настроим всю свою жизнь...Поскольку мы будем повторять этот день вновь и вновь, что станет привычным образом нашей жизни!**

**Какой он идеальный день?**

**Я постараюсь расписать этот день и что в нём должно быть из обязательного:**

- 1. Подъем в 06:00-07:00.**
- 2. Прогулка, зарядка, спорт, душ.**
- 3. Завтрак, чай/кофе.**
- 4. Выгрузить все мысли на бумагу.**
- 5. Составить пошаговый план на день.**
- 6. Активировать своё окружение.**
- 7. Отследить, что приносит вред и раздражение.**
- 8. Отследить, что приносит пользу и позитив.**

**9. Осознанно управлять своими ресурсами (время, внимание, энергия, решения). Понимать куда они уходят и что вы получаете взамен. Соответственно максимально оптимально расходовать свои ресурсы в течение дня.**

**«От качества наших решений, принятых на каждый день, зависит качество нашей жизни». Качественные решения, это решения принятые в эмоционально стабильном состоянии на основе фактов. Факты, есть проверенная информация из разных источников.**

**10. Анализ текущего дня и последующая оптимизация. Убрать лишнее, добавить недостающее, расставить всё по местам.**

**11. Расслабление (горячая ванна, массаж, вкусный ужин, музыка, ароматерапия, просмотр приятных фильмов и т.д.).**

**12. Подготовка ко сну 22:00-23:00.**

## **Как выстроить со всеми гармоничные взаимоотношения?**

Отношения, пожалуй одна из самых важных и сложных тем для человека... Как построить гармоничные взаимоотношения при чём не только между мужчиной и женщиной, а в целом со всем нашим окружением? Всегда нужно начинать именно с себя, т.е. сначала строим отношения с самим собой, через познание и принятие себя. «Относитесь к людям так, как вы относитесь к самому себе». Мы не делим людей на плохих и хороших, близких и далеких. Мы ко всем относимся в равной степени как к самому себе.

Вот тогда у вас будет полная гармония с собой и окружающим миром. В этом есть проявление безусловной любви, а она в принятии себя и окружающего мира такими, какие они есть. Способности видеть во всём прекрасное и отдавать то прекрасное, что живёт внутри нас. Мы либо любим (принимаем) всё и всех, либо не любим (не принимаем) никого и ничего...

**Любовь она ко всему, что нас окружает, поскольку любовь есть ваше отношение к этому миру. То что мы ему даём и как к нему относимся... Но сначала мы учимся ценить, любить и принимать самого себя, и только потом у нас получится сделать всё тоже самое в отношении других людей. А для этого необходимо познать себя и быть собой, идти туда где ценят, в этом и есть наше предназначение. Все отношения начинаются именно с самого себя, с познания и принятия себя, это и есть на самом деле духовное развитие.**

***«Цени себя и будь только там где тебя ценят».***

**С Уважением к Вам центр трансформации личности «АнтиСудьба»**

## **Авторские цитаты от ЦТЛ «АнтиСудьба»:**

- 1. «День сегодняшний, только он имеет значение»**
- 2. «Хочешь большего, откажись от меньшего»**
- 3. «Наш внешний мир, отражение внутреннего»**
- 4. «Порядок в голове, порядок в жизни»**
- 5. «От качества наших решений, зависит качество нашей жизни»**
- 6. «Мысли материальны, те, что приходят вновь и вновь»**
- 7. «Взаимодействуйте со всеми только в точках взаимного комфорта и интересов»**
- 8. «Лучший навигатор, наши эмоции и состояние»**
- 9. «Познать себя, быть собой и есть наше предназначение»**
- 10. «Человек каждый день идёт к лучшей версии себя»**
- 11. «Кто не зависит ни от каких ценностей, тому принадлежит весь мир»**
- 12. «Будь только там, где тебя ценят»**
- 13. «Истинные ценности находятся у нас внутри»**