

Profetiile Care Se Materializează

[Descarcă articolul în format .mp3](#)

Respectul de sine – crescut sau scăzut – tinde să genereze profetiile care se materializează – Nathaniel Branden

Acesta este un articol în care o să vorbim despre respectul de sine, profetiile care se materializează și limite. Dar mai important decât atât, o să vorbim despre legătura dintre acestea 3 într-un mod de pe urma căruia tu vei avea foarte multe de învățat.

Pentru început câteva cuvinte despre fiecare:

1. **Respectul de sine.** Este subiectul modulului 12 din Academia Fericirii. Am luat decizia să îl introduc în curs fiindcă am observat în timp cum oamenii care au o stimă de sine mai ridicată tind să se simtă mai fericiți per ansamblu. Așa cum am mai spus-o, eu văd subiectul încrederii în sine ca pe un rezultat al unor acțiuni sau conștientizări care în aparență nu au nicio legătură cu încrederea în sine. După câte vezi, în articolul de astăzi vom discuta despre stimă de sine din prisma limitelor și a profetiilor care devin realitate. Nu știu dacă te-ai gândit vreodată până acum la încrederea în tine din această perspectivă.
2. **Profetiile care se materializează.** Aici revenim la un concept clasic dar foarte important în evoluția fiecărui individ. Una dintre cărămizile de bază în dezvoltarea personală și spirituală se bazează pe următoarea înțelegere. Dacă tu crezi ceva 100% cu toată ființa ta și cu tot cugetul tău, atunci acel ceva nu are altă cale decât să apară în realitatea ta fizică. Așa stau

lucrurile și așa vor sta cât timp va exista Universul. Este imposibil ca dacă ești 100% convins de ceva, te gândești în permanență la acel ceva și te simți ca și cum acel lucru face parte deja din existența ta, el să refuze să apară. Iar în articolul de astăzi vei vedea cum încrederea în tine îți influențează capacitatea ta de a crede 100% în ceva. Și...

- 3. Limitele.** Iar când spun limite mă refer în principal la acele granițe mentale pe care toți le avem. Diferența este dată de locul în care este setată granița. Fiecare dintre noi are însă astfel de limitări, iar datoria noastră este să le depășim în mod constant și conștient. Am mai atins tangențial subiectul limitelor și atunci când am explicat metafora termostatului în modulul dedicat Abundenței. Astăzi o să îți ofer o mărturie reală din viața unui om. Te invit să observi cum o anumită limitare mentală l-a făcut să nu își îndeplinească un anumit obiectiv: „Eram pe cale să obțin cel mai mare comision din cariera mea, dar starea mea de neliniște era foarte mare – pentru că proiectul respectiv mi-ar fi adus o asemenea faimă încât nu știam dacă mă puteam descurca cu ea. Nu mai băusem nimic de trei ani. Așa că mi-am spus că ar fi mai bine dacă aș bea un pahar – pentru a sărbători. Am sârșit prin a mă îmbăta, insultându-i pe cei care trebuiau să-mi aprobe proiectul. Proiect pe care în final l-am pierdut, iar partenerul meu a fost atât de furios încât a renunțat la serviciile mele. Eram devastat, dar am revenit în teritoriul de siguranță, strânduindu-mă să avansez, însă fără să reușesc pentru moment. Mă simt confortabil aici.”

Îți promiteam însă la începutul articolului o legătură între respect, profeții și limite. Iată cum sună viziunea de ansamblu asupra acestei legături: În funcție de cât mult respect și încredere arăți față de propria persoană, tu îți vei seta anumite limite într-un anumit punct. Îți spuneam că

limite avem cu toții. Și eu am și tu ai. Diferența este dată de locul în care sunt ele setate. Cu cât o anumită limitare sau graniță mentală stă mai mult într-o anumită zonă și se încetățenește în felul tău de a fi, cu atât mai mult va contribui ea la crearea unui anumit tip de convingeri. Iar dacă ești convins de ceva 100%, atunci mai devreme sau mai târziu acel ceva va apărea în realitatea ta fizică.

Cu alte cuvinte, cât de multă încredere ai în tine însuși influențează în mod direct tipul de experiențe, oamenii și rezultatele pe care le ai în viața ta.

Din punctul meu de vedere traseul este cât se poate de clar și sper din toată inima să fie clar și pentru tine.

Numai prin faptul că ai înțeles cum aceste 3 concepte interacționează între ele, ai făcut deja un mare salt în conștientizare. Dar în articol, eu o să te invit totuși într-o călătorie dincolo de asta și o să-ți ofer în cele ce urmează câțiva pași de acțiune.

1.Observă dacă folosești des propozițiile: „Mie tot timpul mi se întâmplă asta” sau „Știam eu că o să fie așa”. Și observa dacă le folosești într-un mod lipsit de armonie. Cu alte cuvinte întreabă-te dacă spui: „Știam eu că o să fie așa” în situațiile în care ți se întâmplă ceva ce tu caracterizezi ca plăcut, sau mai degrabă îți vine să exprimi acest gând în situațiile în care experimentezi ceva neplăcut. Să îți spui că știai tu că o să fie așa în situațiile în care câștigi 1 milion de euro, partenerul îți spune că te iubește sau copilul ia note bune la școală este perfect în regulă.

Adevărul este totuși acela că majoritatea oamenilor nu folosesc frazările de mai sus când experimentează ceva plăcut.

Dacă ți se întâmplă și ție să îți spui astfel de lucruri sau altele asemănătoare te invit ca începând de astăzi să le scoți total din vocabularul tău. Un „știam eu!” folosit când ai insuccese nu are ce căuta în mintea și viața ta. Analizează-te

începând de astăzi și lucrează la evaporarea acestui impuls.

Nu uita că profețiile se împlinesc de fiecare dată. Tot ceea ce contează este sistemul tău de credințe care face ca profețiile să se transforme în realitate.

2. Depistează cel puțin o convingere care te limitează în acest moment al vieții tale. Iar imediat ce ai depistat-o începe să lucrezi conștient la a o evapora din punctul în care este. Poate nu vei reuși să o elimini de tot, dar este suficient în primă instanță și dacă reușești numai să extinzi granițele.

Referitor la extinderea granițelor o să îți dau un exemplu: Să zicem că tu ai acum setată o limită mentală care îți spune că nu poți câștiga mai mult de 1000 de euro pe lună. Dacă acolo este limita, înseamnă că atât câștigi tu în acest moment lună de lună.

Ca să aplici această sugestie cu numărul 2, poate nu o să poți să evapori limita de tot și să te deschizi înspre energia infinită a Abundenței considerând că venitul tău lunar poate fi foarte ușor nelimitat. Dar ce poți face totuși mai ușor este să muți limita de la 1000 de euro, la 2000 de euro. Asta poți face mult mai ușor.

Poți folosi vizualizarea, poți printa suma pentru a te obișnui cu ea etc. (Pentru mai multe sugestii despre acest aspect consultă modulul precedent)

Indiferent însă de convingerea limitativă pe care o depistezi, fă în așa fel încât să îi muți limita. Și...

3. Continuă să repeți pașii unu și doi pentru tot restul vieții. Procesul nu se oprește niciodată. Sincer să fiu, și-ar pierde și din farmec dacă ai ajunge la o finalitate. Ideea este că tot timpul va mai fi loc să îți crești încrederea în tine. Chiar dacă o crești cu 0,000000001% tot este un pas pe care merită să îl faci.

Așadar, ce îți propun eu este să urmărești atent în viața ta care sunt profețiile lipsite de armonie pe care le faci. După ce le depistezi, pur și simplu nu le mai folosi. Iar referitor la limite, după ce ai lărgit limita la 2000 de euro de exemplu, va veni timpul să o lărgești spre 3000 și așa mai departe.

Treci prin pașii 1 și 2 de cât mai multe ori în această viață și de fiecare dată când vei încheia un ciclu, încrederea în tine va fi mai mare într-un sens cât se poate de armonios.

Cu recunoștință,

Cosmin-Constantin Cîmpanu

[Arată Respect Trupului Tău](#)

[Descarcă articolul în format .mp3](#)

Când am creat acest modul am plecat cu ideea că indiferent de nivelul la care te afli acum, tot timpul este loc să mai crești. Fiecare om de pe acest pământ poate face în continuare pași pentru a-și crește încrederea în el însuși.

Chiar dacă tu poate consideri în acest moment că ai suficientă încredere în tine, iar acest modul nu se potrivește în peisajul vieții tale actuale, te invit să fii deschis. Fiindcă în articolul de astăzi o să vezi cum îți poți crește încrederea în tine însuși arătând respect față de propria persoană.

O să fiu foarte specific în sugestii și te invit ca în timp ce le parcurgi să privești atent în tine însuși. Ce te îndemn să

te întrebi astăzi este: „Mă respect pe mine însumi?”

Și ți-am pregătit mai jos o listă cu lucruri pe care s-ar putea să le faci sau nu în acest moment. Ele sunt însă niște exemple clasice prin care majoritatea oamenilor refuză să se respecte pe ei înșiși.

Iată-le:

1. Mănânci prea mult zahăr sau prea multe dulciuri

Nu cred că există vreo persoană avizată (medic sau cercetător) care să spună că zahărul este sănătos pentru trupul nostru. Cu toate acestea majoritatea oamenilor consumă zahăr, iar mulți o fac chiar în exces.

Hai să îți spun puțin cum văd eu lucrurile. La naștere ai fost înzestrat cu un trup al cărui rol este acela de a-ți sluji drept vehicul de îndeplinire a misiunii tale pe acest pământ.

De fiecare dată când faci acte de orice fel care care periclitează buna funcționare a acestui vehicul, îți bați joc de cadourile pe care Energia Universală ți le-a dăruit.

Imaginează-ți că faci cadou o jucărie unui copil, iar el o ia pur și simplu și o izbește cu toată forța de pământ și o transformă în mii de cioburi.

Precum copilul te comporti și tu când nu ai grijă de trupul tău.

Așadar, redu porția de dulciuri. Nu spun să nu mai mănânci deloc, dar fii echilibrat.

Tot pe același raționament al cadoului de care îți bați joc se bazează și celelalte puncte. Invitația mea este să arăți în mod practic respect trupului tău.

2. Consumi băuturi alcoolice

Alcoolul este o toxină pentru trup. Eu nu mai consum niciun

fel de băutură alcoolică de aproximativ 3 ani. Motivul meu principal este acela că îmi doresc ca în permanență să am mintea liberă. Să am mintea deschisă conștientizărilor și mesajelor pe care Universul mi le transmite.

Un alt motiv este acela că am luat decizia de a-mi respecta trupul.

Același lucru te invit să îl faci tu. Respectă-ți trupul în cât mai multe circumstanțe posibile. Nu spun că trebuie să faci neapărat ca mine și să nu mai bei deloc alcool. Redu măcar cantitatea per ansamblu.

Singurul lucru pe care trupul îl face atunci când torni alcool în el este să întrebe: „Ce pot face să îl elimin cât mai rapid?” Și în acest fel consumi energie pe care ai fi putut-o folosi în moduri mai utile, mai inteligente și care să te ajute să crești.

Nu uita. Respectă-ți trupul și te respecti pe tine însuși. Respectă-te pe tine însuși și îți vei crește încrederea în tine.

3. Bei cafea

Sau introduci în tine alte substanțe care îți modifică funcțiile normale ale organismului.

Nu aduc în discuție drogurile tari fiindcă mă aștept ca niciun membru din Academia Fericirii să nu consume astfel de substanțe interzise prin lege, dar cafeaua sunt convins că este des întâlnită.

Personal nu mai beau nici cafea de vreo câțiva ani buni. Nu mai știu exact de câți. Așa cum spuneam și în cadrul punctelor anterioare, nu îți recomand să scoți de tot cafeaua din tabieturile tale zilnice. Să consumi de exemplu o ceașcă de cafea în fiecare zi, eu consider că este deja prea mult.

Drept experiment, dacă ești băutor de cafea îți recomand să nu

mai bei cafea timp de 30 de zile și să analizezi cu atenție cum te simți.

Compară această perioadă de 30 de zile fără cafea cu luna anterioară în care ai băut cafea în mod constant. Cum te-ai simțit? Ai observat vreo diferență? Dacă da, care?

Te rog să nu pronostichezi că dacă nu o să consumi cafea o să te simți lipsit de energie. Eu îți garantez că nu o să se întâmple asta decât în prima săptămână în care nu mai consumi. Un trup care se află în permanență sub influența cofeinei are nevoie de o perioadă în care să se adapteze. După 7 zile însă vei începe să te simți din ce în ce mai armonios.

Ulterior îți va fi mult mai ușor să iei decizia de a consuma cafea moderat.

Eu am venit în acest articol cu 3 exemple cât se poate de concrete prin care îți poți arăta respect față de tine însuși și astfel să îți crești încrederea în tine. Te invit totuși să nu te blochezi în aceste exemple concrete. Sunt șanse chiar să faci parte dintre acei oameni care nu mănâncă dulce, nu beau cafea și nu consumă alcool.

Uită-te însă atent în viața ta și dă-ți seama care sunt acele arii în care nu te respecti pe tine însuși prin faptul că nu arăți respect trupului tău.

Poate mănânci des fast-food. Poate nu faci sport atât cât ar trebui. Poate nu îi oferi trupului tău hrana nutritivă de care are nevoie. Și exemplele pot continua.

Te invit ca acum și în zilele următoare să te concentrezi strict pe trup și pe aspectul fizic al vieții tale. Te asigur că ne vom ocupa și de suflet în materialele care urmează □

Iar dacă ar fi să reții un singur lucru din tot articolul, îți recomand să reții procesul: Arăți respect trupului -> te

respecti pe tine -> increderea in tine creste -> actiunile si gandurile tale sunt mai armonioase -> iar intr-un final esti mai fericit si mai implinit.

Cu recunostinta,

Cosmin-Constantin Cimpanu

Nu Te Speria De F.I.S.C.

[Descarcă articolul în format .mp3](#)

Nu vorbesc totuși despre acea instituție a statului numită fisc, ci vorbesc despre F.I.S.C. cu puncte după fiecare literă. Este vorba despre un acronim așa cum probabil ți-ai dat deja seama.

Suntem în modulul dedicat încrederii în sine. F.I.S.C. vine de la cele 4 atitudini esențiale pe care orice om trebuie să le îmbrățișeze pentru a-și crește încrederea în el însuși. Acestea sunt: Flexibilitatea, Intuiția, Schimbarea și Creativitatea.

Așa cum spune și titlul articolului, invitația mea este să nu te sperii de cele 4 posibile atitudini, ci în schimb să le îmbrățișezi și să te simți confortabil în prezența lor.

În cele ce urmează o să le iau pe fiecare în parte și o să explic de ce sunt ele importante atunci când vine vorba de respectul față de tine însuși și încrederea în tine.

1.Flexibilitatea

Un om care are încredere în el este întotdeauna deschis la

ideile noi și sugestiile celorlalți. Chiar dacă ideile și sugestiile cu care intră în contact contravin credințelor lui actuale.

Dacă ești flexibil, evoluezi și înveți mult mai ușor. Ca și sugestie practică eu îți recomand ca de fiecare dată când auzi un punct de vedere diferit de al tău, în loc să îți spui: „Ce tâmpenie!” să îți spui „Este și acesta un punct de vedere pe care îl respect”.

Oamenii care nu au încredere în ei se agață în permanență și sunt extrem de atașați de convingerile lor actuale. Orice opinie sau concept care este diferit de felul în care văd ei lucrurile este perceput ca un atac la propria persoană.

Și tocmai acesta este motivul pentru care este important ca în procesul tău de creștere a încrederii în tine însuți să fii flexibil. Nu spun că nu ar trebui să ai convingeri sau credințe ferme. Este datoria fiecăruia să își clarifice cine este el cu adevărat, de unde vine și încotro se îndreaptă.

La ce te invit eu să fii atent este atitudinea ta în fața noului. Să fii deschis altor puncte de vedere nu înseamnă că trebuie să le și adopți. Să fii deschis înseamnă pur și simplu să accepți existența acelor puncte de vedere și să te întrebi dacă poți învăța ceva din ele.

2. Intuiția

Oamenii care nu au încredere în ei înșiși își ascultă doar foarte rar intuiția. Cu toții avem în noi acea voce care ne trimite diverse semnale. Însă numai oamenii care au încredere în ei o și ascultă.

Dacă tu nu ai încredere în tine, atunci când intuiția își face simțită prezența îți vei spune: „Nu merită să dau curs acestei sugestii. Cine sunt eu ca Universul să comunice cu mine în acest fel?”

În schimb, dacă ai încredere în tine vei spune: „Mulțumesc Universului pentru acest mesaj senzațional. Sunt recunoscător că primesc indicații pe această minunată cale. O să fiu și pe viitor atent la semnalele pe care mi le scoate în față intuiția mea”.

Ca să concluzionez acest punct, ce vreau să înțelegi este că a-ți asculta în mod activ intuiția este o chestiune de încredere în tine.

Date fiind programările sociale și eventualele traume din copilărie, să faci ce îți spune intuiția poate părea chiar un act de curaj. Eu îți propun ca începând de astăzi să fii curajos.

Nu trebuie să îți explic când anume poți ști că intuiția îți trimite mesaje. Tu știi deja asta. Tot ce trebuie să faci este să nu mai reprimi acele semnale și să acționezi cu curaj și aliniat.

Așa cum spunea și Jim Rohn, eu nu pot face flotările în locul tău. Nu pot eu acționa cu curaj și în virtutea intuițiilor tale. Numai tu poți face asta. Eu mi-am făcut datoria și ți-am spus ce ai de făcut. Să faci efectiv este un exercițiu solitar prin care însă îți vei crește garantat încrederea în tine însuși.

3. Schimbarea

Ca să fiu scurt o să-ți spun doar atât: „Dacă vrei să îți crești încrederea în tine, îmbrățișează schimbarea”.

Imaginează-ți un angajat foarte bine pregătit. Dar de fapt, de ce să îți imaginezi o altă persoană? Imaginează-te pe tine. Presupunerea mea este că ești destul de bun în meseria pe care o faci.

Întreabă-te cât poți de sincer cum ai reacționa tu dacă ai ști că la locul actual de muncă nu ești plătit așa cum ar trebui,

dar în localitatea în care stai mai există și alte firme în care ai putea face exact aceeași muncă și să fii recompensat cu un salariu mai mare.

Te-ai duce la interviuri? Ai schimba locul actual de muncă? Ai fi dispus să schimbi eventual și orașul în care stai?

Dacă ai răspuns cu da la fiecare dintre întrebările de mai sus, cel mai probabil ai deja o încredere în tine ridicată. Asta este excelent.

Dacă ai răspuns cu nu la măcar una dintre întrebări, vreau să știi că invitația mea este aceea de a conștientiza că răspunsul „Nu” înseamnă să refuzi oportunități. Oamenii care refuză oportunități nu se respectă pe ei înșiși.

Un om care se complăce în situația actuală de frica schimbării are în mod sigur probleme de încredere în propria persoană. Gândurile care îi vin în minte ar putea fi: „Dar dacă totuși nu sunt suficient de bun?” , „Dar dacă nu o să mă pot adapta în noul colectiv?” și așa mai departe.

Eu sper din toată inima că după lectura acestui articol tu vei lua decizia corectă. Îmbrățișează schimbarea și crește-ți încrederea în tine!

4. Creativitatea

Oamenii care nu au încredere în ei, dau curs foarte rar ideilor care le vin în minte. Și asta nu pentru că ei ar avea mai puține idei de calitate decât ceilalți. Nu, ei fac asta pentru că odată ce o idee excelentă le-a venit în minte ei își spun: „Cine sunt eu să am idei geniale? Nu merit asta!” sau alte frazări asemănătoare.

S-a demonstrat că oamenii care nu au încredere în ei înșiși așa cum ar trebui, rar își notează ideile care le vin pur și simplu pe parcursul zilei. De aceea, în cazul tău m-am decis să schimbăm asta.

Îți recomand ca data viitoare când mergi la cumpărături să îți cumperi un mic carnețel. Caută ceva ieftin, nu are rost să arunci mulți bani pe asta. Important este să fie un carnețel mic în așa fel încât să încapă în buzunar. Ideea este să fie ușor să îl porți cu tine.

Ia-ți și un pix sau stilou dacă nu ai deja. Iar pe viitor, indiferent de locul unde te afli, dacă îți vine o idee, noteaz-o în carnețel.

Seara, înainte de culcare revezi pe scurt ideile de peste zi. Dacă apare ceva acolo care te entuziasmează. Dacă intuiția îți spune că ar trebui să dai curs unei idei, atunci fii flexibil, ascultă-ți inuiția, îmbrățișează schimbarea și acționează cu curaj.

De abia aștept să îmi spui cum funcționează metoda carnețelului pentru tine.

Concluzia articolului coincide cu titlul său: „**Nu te speria de F.I.S.C!**”. Acționează conform sugestiilor pe care tocmai le-ai parcurs și îți vei crește încrederea în tine garantat.

Cu recunoștință,

Cosmin-Constantin Cîmpanu

Bonus 2: Intervipurile Academiei – David Mitran

Interviul poate fi descărcat din secțiunea „Materiale video” a acestui modul.

3 Sugestii Complementare Prin Care Să-ți Crești Încrederea În Tine

[Descarcă articolul în format .mp3](#)

Dat fiind faptul că încă suntem la începutul modulului, astăzi mi-am propus să vin cu încă trei sugestii care odată puse în aplicare îți vor crește încrederea în tine însuși.

Dacă în primul articol îți spuneam că pe parcursul modulului vom aprofunda fiecare idee de acolo, referitor la articolul de astăzi nu mai pot spune același lucru. Ideile pe care le vei auzi astăzi sunt succint sintetizate, iar tot ce îți rămâne ție de făcut este să le aplici.

Iar înainte de a trece la ideile efective o să fac o mică paralelă care sper să te inspire.

Eu obișnuiesc să citesc cărți de dezvoltare personală și spiritualitate. Însă numai de câteva luni mi-am modificat total felul în care citesc. Acum, de fiecare dată când termin un capitol dintr-o astfel de carte practică mă opresc și mă întreb: „care este acel singur lucru pe care îl pot aplica eu în viața mea de pe urma lecturii acestui capitol?”.

Uneori răspunsul vine mai ușor, alteori vine mai greu, dar nu trec mai departe la capitolul următor din carte dacă nu am un răspuns notat.

Ulterior aplic fiecare dintre răspunsuri în viața mea.

Înainte citeam toată cartea și făceam însemnări, iar la final luam anumite decizii sub influența lecturii. Am descoperit însă că modalitatea cu pauze după fiecare capitol funcționează mult mai bine pentru mine.

Am făcut această paralelă fiindcă și tu poți aplica tehnica atunci când parcurgi materialele din Academia Fericirii. Recomandarea mea este să îți iei un caiet din acela mic la 1 leu (sau o agendă mai pretențioasă dacă preferi) în care să îți notezi concluziile din timp ce parcurgi materialele din curs. Iar ulterior să le bifezi pe cele pe care le-ai aplicat.

Îți recomand ca după lectura fiecărui material sau parcurgerea lui în format audio sau video să deschizi caietul și să notezi una sau multe idei pe care simți că merită să le aplici începând de astăzi și chiar să acționezi. În acest fel, informațiile din acest curs se vor plia într-un mod total diferit și armonios în viața ta.

Iar acum hai să trecem la ideile pe care ți le-am pregătit pentru astăzi.

1. Dormi

Și acesta este un sfat care poate părea disparat sau poate crea impresia că nu are loc în peisajul discuției despre încredere în sine. Dă-mi voie totuși să îți spun care este legătura.

Cu cât dormi mai mult, cu atât deciziile tale sunt mai înțelepte, mai atent calculate și mai potrivite per ansamblu.

Bill Clinton spunea de exemplu într-un interviu că mai toate deciziile proaste pe care le-a luat și de care își amintește, au fost luate pe fondul lipsei de somn.

Într-un alt studiu, un grup de cercetători a demonstrat că privarea de somn poate echivala cu o alcolemie în sânge de câteva procente. Când ești la volan, nu îți spune totuși

nimeni să sufli în Somntest, ci vei fi somat să sufli în Alcooltest. Asta cu toate că majoritatea accidentelor rutiere au drept cauza privarea de somn a participanților la trafic.

Și exemplele sunt nenumărate. Ideea principală este aceea că dacă nu dormi suficient, capacitatea de decizie îți va fi afectată. Iar lipsa încrederii în sine este rezultatul (printre altele) unui cumul de decizii nepotrivite pentru tine.

De aceea, ca urmare a acestui prim punct te invit să evaluezi propriul program de somn și să faci în așa fel încât să dormi minim 8 ore pe noapte. A-ți odihni corpul suficient este o formă de respect față de tine însuși. Iar un om care se respectă pe el însuși este un om care are încredere în el.

2. Stabilește-ți clar intențiile

Iar pentru asta poți începe cu primul modul din Academia Fericirii. Acolo am detaliat care sunt pașii pe care îi poți face pentru a-ți stabili un obiectiv și intenție clare și specifice.

Asta pentru că dacă nu știi exact care îți este direcția, este normal să nu ai încredere în tine. Imaginează-ți un căpitan de navă care părăsește țărmul dar habar nu are unde se îndreaptă. În relația lui cu ceilalți membri ai echipei va deborda de încredere? Puțin probabil.

De aceea, este foarte important pentru încrederea în tine însuși să știi clar încotro te îndrepti. Întreabă-te acum dacă aplici cu adevărat această sugestie în viața ta, iar dacă nu o faci, simte-te liber să începi chiar acum. Revezi modulul 1 și pune-ți lucrurile în ordine.

3. Cere în mod conștient ceea ce îți dorești

Iar aici mă refer la a cere celorlalți oameni. Dacă ceri ceva Universului îți recomand să ceri cu conștiința faptului că l-ai primit deja.

Atunci când ceri ceva unui alt om, cere așteptându-te să primești.

Ca să îți dau un exemplu, îți spun o mică povestioară pe care am auzit-o la Jack Canfield.

El spune că atunci când era mai tânăr și de abia începuse să țină seminarii în care să predea principiile succesului i s-a întâmplat să audă un participant la seminarul său că a întrebat-o direct pe o domnișoară dacă îl consideră atrăgător.

Jack spune că i-a venit lui să intre în pământ de rușine în locul omului care întrebuse. S-a dovedit însă că domnișoara a răspuns că îl găsea atrăgător.

Auzind asta, Jack a întrebat-o pe acea domnișoară dacă îl consideră și pe el atrăgător. Și de aici a reieșit o discuție în care doamnele și domnișoarele din sală au tras o concluzie răspicată: „Bărbații sunt prea fricoși în relația cu femeile”. Tot ele au spus că bărbații ar trebui să ceară mai mult, fiindcă ele s-ar putea să spună da.

Toată această situație a funcționat asemeni unei lecții pentru Jack Canfield. Iar începând din acel moment, el a aplicat cu foarte mare succes acest principiul în toate ariile din viața lui.

Confirm și eu faptul că a cere relaxat și degajat este una dintre cele mai bune practici de creștere a încrederii în tine însuși. Și cred că asta funcționează dat fiind răspunsul celorlalți. Stă în natura oamenilor să își dorească să ajute. Iar omul care știe clar ce vrea și chiar cere acel lucru, de multe ori îl și obține. Ceilalți pur și simplu i-l oferă.

De aceea, recomandarea mea este ca în toate ariile din viața ta să începi să ceri. Fă-o relaxat, dar ferm.

Cere-i soției/soțului sau partenerei/partenerului ceea ce te aștepti de la ea/el.

Cere-i șefului o mărire de salariu.

Cere prietenilor să se comporte așa cum tu ți-ai dori să se comporte.

Cere, cere, cere. Însă nu uita că este important să o faci relaxat și ferm în același timp. Asta fiindcă abordările în care te cerți ca să obții ceva sau ești prea indiferent nu funcționează de obicei.

Acestea sunt cele 3 sugestii pe care mi-am propus să ți le transmit astăzi. Ce îți recomand este ca în acest punct să te întrebi: „care este acel singur lucru pe care îl pot aplica eu în viața mea de pe urma lecturii acestui articol?”

Cu recunoștință,

Cosmin-Constantin Cîmpanu

Încrederea În Tine Crește Prin Integritate

[Descarcă articolul în format .mp3](#)

Îți spuneam încă din primul articol din modul că vom aborda subiectul încrederii în sine folosindu-ne de niște unghiuri complementare. Astăzi a venit timpul să îți adresez invitația de a lucra la integritate pentru a-ți crește încrederea în tine însuși. Personal nu am întâlnit niciun om integru care să nu aibă încredere în el însuși. Tocmai acesta este și motivul pentru care în modulul curent am ales să mă folosesc și de

acest îndemn al integrității.

Motivul este acela că dacă ești integru, șansele să simți cum în permanență îți fuge pământul de sub picioare sunt mai mici. Iar dacă ești înconjurat de nesiguranță, încrederea în tine însuși scade proporțional. Am amintit această idee și în articolul precedent în exemplul cu animalul care era bătut în mod aleator de către stăpân.

La fel, dacă un om nu are coloana vertebrată dreaptă, iar astăzi spune una, mâine spune altceva și minte pentru simplul motiv că poate, va avea impresia tot mai des că viața înseamnă hazard. Va trăi cu frica de a-i fi descoperite minciunile. Iar odată intrat în cercul vicios se va simți neputincios. Nu va mai ști care este calea să iasă de acolo. Iar neputința este soră cu stima de sine scăzută.

Am făcut această introducere pentru a descrie puțin care este legătura între integritate și încredere. În continuare îți voi da câteva sugestii practice pe care le poți avea în vedere pentru a duce o viață de om integru. În funcție de nivelul la care ești tu acum s-ar putea să ai mai mult sau mai puțin de lucrat la fiecare punct în parte. Ce te invit eu este să fii deschis și să vezi ce anume poți aplica în viața ta. Să localizezi acele zone în care ai mai putea lucra.

Gândul cel mai neproductiv care ți-ar putea veni acum în minte sună în felul următor: „Eu sunt deja integru, deci articolul nu mă interesează”. Adoptând o atitudine de acest gen vei învăța foarte puțin. Eu mă bazez însă pe deschiderea ta spre a învăța, deschidere despre care știu că este prezentă în tine. De aceea te invit să parcurgi deschis sugestiile și să vezi dacă într-adevăr nu ai nimic de aplicat sau pe ici pe colo ar mai fi câteva aspecte pe care le-ai putea avea în vedere.

Hai să începem.

1.Nu mai spune minciuni

Singurele minciuni intenționate pe care le mai spun sunt cele de 1 aprilie care sunt mai mult păcăleli decât minciuni. Mai trebuie să ne și distrăm. În rest, mi se întâmplă ca o dată de două ori pe lună să mai spun o minciună neintenționat. Pur și simplu iese pe gură, dar o conștientizez imediat și spun adevărul.

Vreau să știi că am spus multe minciuni la viața mea. Începând însă din clipa în care m-am decis să lucrez activ la propria persoană, am încetat și să mai spun minciuni. După cum îți spuneam, și mie mi se mai întâmplă ca o dată de două ori pe lună să spun o minciună. Ce am observat este că în acele momente imediat următoare plexul solar îmi este lovit puternic.

Când spun plexul solar mă refer la acea zonă care mai este cunoscută și ca „furca pieptului”. În ultimii ani, acea zonă din trupul meu a devenit „oracolul” pe care îl consult de fiecare dată când vreau să fac ceva nou. Tot zona respectivă este și canalul prin care primesc răspunsuri de forma „afirmativ”-„negativ” din partea Universului.

Cu alte cuvinte, simt disconfort sau plăcere în zona respectivă. Ai putea avea în vedere să dezvolți și tu această abilitate. Chiar îți recomand acest lucru. Sugestia pe care ți-o ofer astăzi este ca în momentul imediat următor spunerii unei minciuni(atunci când se va întâmpla data viitoare în cazul tău) să observi puțin furca pieptului. Conștientizează dacă există vreo vibrație acolo, iar imediat ce o localizezi observă dacă îți transmite ceva armonios sau dimpotrivă.

Poți „asculta” respectiva zonă și în orice alte aspecte din viața ta. După un timp îți vei fi ție însuși recunoscător pentru dezvoltarea acestei abilități. Motivul pentru care această „unealtă” funcționează este acela că în furca pieptului este chackra inimii. Punctul energetic care știe întotdeauna ce este adevărat și ce este fals. Punctul care știe întotdeauna dacă ceva este spre armonia ta și a

întregului Univers sau nu.

A spune minciuni înseamnă a crea lipsă de armonie. Asta ne-o spune bunul simț. Ce ți-am propus eu în acest punct este să simți anumite emoții. Fiindcă limbajul emoțiilor poate fi cu mult mai convingător decât orice concluzie obținută pe calea rațională a bunul simț. Cu alte cuvinte, eu am încredere deplină că a decide să îți ascuți emoțiile din zona plexului solar va echivala cu renunțarea totală și definitivă la a spune minciuni.

2. Analizează și închide buclele

Îți spuneam adineaori că eu am spus multe minciuni până în momentul în care am decis în mod conștient să mă dezvolt personal. Dacă ți s-a întâmplat și ție același lucru, recomandarea mea este să faci pași înspre a-ți armoniza trecutul.

Orice situație rămasă neclară în trecut te poate influența foarte ușor pe tine cel prezent. De aceea, în cadrul acestui punct te invit la introspecție. Gândește-te la oamenii care sunt încă în viața ta și i-ai mințit în trecut sau ai arătat lipsă de onestitate la adresa lor. După ce ai făcut o listă cu acele persoane, întâlnește-te cu fiecare în parte și spune-le adevărul. Este un exercițiu extrem de eliberator. Nu este ușor de făcut, dar dacă ești un om care lucrează la propria persoană în mod practic îți recomand să o faci. Ulterior te vei simți liber ca pasărea cerului.

Așadar, ca să recapitulez.

1. Nu mai spune minciuni

2. Analizează și închide buclele

Cu recunoștință,

Cosmin-Constantin Cîmpanu

Webinar 2: Abundență / Financiar

Webinarul în format video poate fi descărcat din secțiunea „Materiale video” a acestui modul.

[Descarcă webinarul în format .mp3](#)

Perspectiva de Ansamblu

[Descarcă articolul în format .mp3](#)

Întotdeauna am simțit problema încrederii în sine ca pe ceva complementar și nu ca pe un subiect care poate fi privit izolat. Dacă un om nu are încredere în el asta ar putea fi din cauza felului în care a fost crescut în familie. Ar putea fi din cauza unei traume care i-a marcat viața și care nu are nicio legătură cu familia. Ar putea fi din cauză că îi lipsesc anumite conștientizări despre lumea în care trăiește. Și ar putea fi și pur și simplu din cauza tiparului de personalitate care ar putea fi un introvertit extrem. Iar pe lângă cele pe care le-am enumerat eu mai sus ar mai putea exista alte câteva sute de motive. Și spun sute de motive la propriu. Iar de cele mai multe ori, lipsa încrederii în forțele proprii este prezentă în oameni din cauza unor motive cumulate. Rar există o cauză unică.

Aceasta fiind realitatea, în articolele din acest modul vei vedea o abordare din cel puțin 4 unghiuri. Ceea ce voi face de fapt este că voi veni cu perspective și invitații la conștientizare dintr-o sumedenie de unghiuri. Asta pentru ca efectul lecturii și aplicării să fie resimțit de majoritatea membrilor din curs.

Așa cum te-am obișnuit deja, în primul articol din modul o să îți prezint o viziune de ansamblu asupra subiectului lunii, iar pe parcurs intrăm în detalii și aprofundăm. Și pentru acest modul am gândit câteva interviuri cu experți și multe alte surprize. Deocamdată o să te invit să parcurgi conștiincios lista de mai jos și să te lași pătruns de informație. Fii doar atent și observă care sunt cele câteva puncte care îți stârnesc interesul. Iar la final alege o singură idee despre care simți că merită să o aplici în următoarele 7 zile.

Și acum, hai să vedem punctele pe care le consider eu cele mai relevante și pe care le vom aprofunda pe durata acestui modul.

1. Totul Se Întâmplă Spre Armonia Ta Și A Întregului Univers

Iar prin intermediul acestui punct cred că o să poți cel mai ușor observa și tu ce îți spuneam adineaori. Atunci când un om vrea să își crească încrederea în sine, nu trebuie să rămână blocat la această intenție și atât. Recomandat este să lucrezi complementar.

Asta fiindcă dacă cineva înțelege că Universul lucrează în permanență pentru a-l susține, automat va avea încredere și respect față de propria persoană.

Este la fel cu situația în care un om și-ar propune de exemplu să trăiască sănătos. Aceasta fiind intenția, pașii sunt să mănânce altceva decât mănâncă acum, să facă mișcare mai mult, să învețe să gândească armonios și așa mai departe. Toți acești pași pot părea dispași. În realitate însă conexiunea este acolo.

De aceea, pentru a-ți crește încrederea în tine, eu îți recomand printre altele să conștientizezi și accepți că Universul lucrează în permanență în favoarea ta. Și te invit să te întrebi chiar acum cât poți de sincer dacă acest principiu este 100% integrat în tine. Este posibil să mai fi auzit ideea. Asta este adevărat. Dar trăiești aliniat cu acest principiu? Dacă răspunsul este că nu știi sigur, atunci întreabă-te ce ai putea face ca să poți fi 100% sigur că trăiești aliniat acestei idei.

De ce îți propun să faci asta? Fiindcă un om care înțelege că totul se întâmplă spre armonia lui și a întregului Univers și-a crescut încrederea în el însuși cu cel puțin 50%. Doar prin integrarea acestei idei.

2. Ești aici pentru că tu ai ales asta.

Iar când spun „aici” mă refer la această existență. Senzația că viața ar fi un hazard contribuie foarte mult la scăderea încrederii în sine. Am folosit cuvântul senzație fiindcă nu văd ce altceva ar putea fi această minciună. Faptul că trăiești acum pe acest pământ, faptul că citești acum acest articol, faptul că te-ai născut în România și înțelegi limba română sunt toate alegerile tale. Unele făcute înainte de întrupare, altele după întrupare, dar tot alegerile tale sunt.

În principiu te invit să renunți la ideea conform căreia viața pe care tu o trăiești ar sta sub semnul hazardului și este în afara controlului tău. Și o să-ți dau un exemplu imaginar de această dată, dar care sunt convins că l-aș putea dovedi și științific dacă aș săpa un pic în arhiva experimentelor efectuate până acum.

Ce îți propun să îți imaginezi este destul de brutal, dar o să vezi că are sens în contextul articolului de astăzi.

Imaginează-ți un cal care stă într-un grajd. Stăpânul său este un inconștient și are o plăcere sadică de a bate animale. Oricât de ciudat ar părea, astfel de oameni chiar există.

Și cum stă animalul respectiv în grajd, stăpânul intră în mod total aleator și îl bate destul de serios de fiecare dată. Într-o zi asta se întâmplă dimineața. În altă zi se întâmplă seara. În a treia zi nu mai ia bătaie deloc, dar în a patra este bătut de două ori în aceeași zi.

După un timp, care va fi mesajul pe care îl va învăța calul respectiv? Bătaia(o senzație neplăcută) poate veni oricând, în mod aleator, iar asta se află în afara controlului său.

După un an în care calul este supus acestui tratament, dacă ar fi să deduci crezi că acel animal ar deborda de încredere sau ar fi plin de frică?

Iar aceeași întrebare ți-o poți adresa și în cazul unui copil abuzat de părinți alcoolici de exemplu. Știu că exemplele nu sunt plăcute, dar vreau să punctez o idee.

Dacă tu crezi că viața și experiențele tale se află în afara controlului tău, normal că nu o să ai încredere în tine. Dacă înțelegi în schimb că toate experiențele tale sunt alegerea ta 100%, și dacă înțelegi că alegerile pe care le faci îți conturează experiențele, încrederea ta în tine însuși va primi combustibil util. Așadar, acesta ar fi al doilea punct esențial atunci când vine vorba de încredere în sine. Dar să mergem mai departe.

3. Conștientizează că ești o expresie divină a vieții

Atunci când vine vorba de stima de sine, singurul lucru pe care ar trebui să îl spui în permanență despre tine este acela că ești o expresie divină a vieții.

Invitația pe care ți-o adresez în acest punct 3 este de fapt un îndemn la a te iubi pe tine însuși. Și o să-ți dau o modalitate practică prin care să faci asta.

Întreabă-te dacă îți spui ție însuși lucruri precum: „Sunt prea gras”, „Sunt prea slab”, „Ce prost sunt”, „Sunt

neînsemnat în comparație cu vecinul, prietenul, etc”, „Mă îmbolnăvesc ușor”, „Mă îmbolnăvesc repede și mă vindec greu”, „Nimeni nu mă iubește” și lista ar putea continua.

Dacă ai răspuns da pentru măcar una dintre propozițiile de mai sus, să știi că aceasta este o dovadă că nu te iubești pe tine însuși. Tu nu ești nici prea gras, nici prea slab și nici prost. Ești pur și simplu o expresie divină a vieții.

Acceptă-te așa cum ești fiindcă a te accepta 100% pe tine însuși este esențial indiferent de calea pe care o alegi în această viață. Mai mult decât atât, acceptarea de sine este esențială pentru oricine își dorește să își crească încrederea în el însuși.

Așa că ce poți face pentru început este să devii măcar conștient în acele momente în care îți adresezi cuvinte cu vibrație joasă. Imediat ce ai devenit conștient de gând, înlocuiește-l mecanic cu afirmația: „sunt o expresie divină a vieții”. Am folosit cuvântul mecanic fiindcă la început nu o să poți face asta natural. Senzația va fi aceea de mecanică. O să ți se pară că vorbești ca o mașină stricată, iar vibrația originală o să persiste. Fiindcă tu ai ales să lucrezi la a-ți crește stima și încrederea în tine însuși vei persista și tu.

Nu uita că această sugestie este numai un fir dintr-o barbă deasă de exerciții pe care ți le voi dezvălui pe durata acestui modul. Dar pentru a te pregăti pentru ce urmează, te invit să începi cu acest lucru simplu pe care îl poți face imediat ce termini de citit articolul.

În continuarea acestor 3 puncte aș putea adăuga cu ușurință și altele. Deocamdată însă, ca și în cazul oricărui alt modul de până acum am vrut să îți prezint o viziune de ansamblu asupra a ceea ce urmează să aprofundăm.

Dacă după lectura acestui prim articol ai înțeles modalitatea

de abordare și ți-ai luat cel puțin o acțiune practică careia îi poți da curs, atunci este excelent. Când spun abordare mă refer la unghiurile adiacente din care vom trata subiectul pe durata acestei luni.

Iar referitor la acțiunea practică pe care să o faci am și o sugestie. Despre primele 2 puncte este posibil să mai fi auzit și le vom aprofunda pe durata modulului. Recomandarea mea este ca începând de astăzi să dai curs sugestiei de la punctul 3. Cu alte cuvinte, de fiecare dată când te surprinzi spunându-ți „Sunt prea gras”, „Ce prost sunt!” și așa mai departe, să înlocuiești emoția și vibrația respectivă. Spune imediat: „Sunt o expresie divină a vieții”.

Am ales acest punct fiindcă majoritatea dintre noi mai avem de lucrat la acest aspect, așa că sunt șanse foarte mari să fie cel mai potrivit lucru pe care să îl faci acum.

În mod normal aș încheia articolul aici, dar vreau să îți dau o unealtă complementară. Mi s-a spus de multe ori: „Cosmin, dar eu nu sesizez niciodată când vorbesc negativ cu mine însumi. Pur și simplu asta trece pe lângă mine și nu devin niciodată conștient”. Dacă ți-a trecut și ție prin minte acest gând, folosește sugestia de mai jos.

În fiecare seară înainte de culcare ia-ți un minut și întreabă-te: „Astăzi nu mi-am vorbit negativ sau pur și simplu nu am fost conștient de asta?” De obicei în doar câteva secunde îți vine în minte situația în care ți-ai vorbit negativ, dar nu ai conștientizat pe moment. După ce situația vine în minte spune-ți pentru o singură dată: „Sunt o expresie divină a vieții”, iar mai apoi pune-te să dormi.

Asta e tot ce trebuie să faci. O să vezi că în câteva zile vei deveni conștient în anumite momente ale zilei de dialogul interior negativ. Ți-aș putea explica de ce această unealtă chiar funcționează, dar deocamdată te invit să o folosești pur și simplu și să te bucuri de beneficii. Poate pe durata

acestui modul voi explica și care sunt mecanismele din spate.

Cu recunoștință,

Cosmin-Constantin Cîmpanu

Provocări De Final De Modul

[Descarcă articolul în format .mp3](#)

Acesta este ultimul articol oficial din modulul dedicat finanțelor și abundenței. Lucrurile au fost cel puțin interesante în această lună, iar materialele pe care le-am publicat în curs au fost și ele abundente atât ca număr cât și ca informații.

Ai o mulțime de sugestii practice în articole. Eu sper din suflet că o să aplici cât mai multe dintre aceste sugestii și astfel o să câștigi mai mulți bani și o să trăiești în abundență.

Astăzi vin în întâmpinarea ta cu niște provocări. Fiecare dintre aceste provocări este gândită în așa fel încât prin ele tu să faci pași spre abundență și sănătate financiară.

Ce vreau să știi este că aceste provocări pot fi ușor transformate în practici constante. Poți lua oricare dintre provocări și să o transformi într-un obicei pentru tot restul vieții. Însă ținând cont de faptul că mulți oameni sunt speriați de a face ceva pentru tot restul vieții, în articolul de astăzi eu mi-am îmbrăcat ideile în hainele unor provocări.

Îți recomand să dai curs fiecăreia dintre ideile de mai jos. În timp ce faci asta, observă atent ce conștientizări îți

aduce procesul prin care treci. Fii atent la senzații. Fii atent la gândurile care îți vin în minte. Iar mai apoi, dacă una dintre provocări te-a făcut să te simți extraordinar și ți-a adus rezultate de care ești mulțumit, poți avea în vedere să transformi respectiva provocare într-un obicei. Este în totalitate decizia ta.

Ce îți recomand eu însă cu toată căldura este ca pentru început să dai curs pentru cel puțin o dată fiecărei provocări în parte. Vei avea numai de câștigat.

Este evident că unele provocări s-ar putea să nu se aplice în cazul tău. Dacă spațiul în care locuiești acum este deja întreținut impecabil, atunci aceasta nu mai este o provocare pentru tine. De aceea îți recomand să alegi dintre provocări pe cele care ți se potrivesc. Fiindcă sunt convins că vor fi câteva sugestii care se pot aplica și în cazul tău.

Iar acum hai să vedem ce îți propun.

1.Trăiește o săptămână în curățenie impecabilă

Asta înseamnă că absolut toate obiectele din locuința ta trebuie să fie timp de 7 zile în permanență la locul lor. Cu excepția acelor momente în care le folosești. Dar dacă în aceste 7 zile aș intra la tine în casă, ar trebui să te văd fie folosind ceva, fie să văd acel ceva la locul lui.

Podeaua trebuie să se afle într-o curățenie impecabilă. Să nu existe praf. Și tot pentru aceasta provocare poți avea în vedere și lucrurile sau obiectele stricate din locuința ta. Dacă ceva este stricat du-l la reparat sau aruncă-l. Ai de luat o decizie simplă.

Poate te gândești ce legătura are ideea de curățenie în casă cu abundența sau finanțele. Să știi că există o legătură foarte puternică ce ține de mindset. O minte aglomerată trăiește în dezordine iar dezordinea alungă vibrația abundenței sănătoase.

Iar dacă această explicație nu pare să aibă sens pentru tine, nu uita că toate punctele din articol sunt provocări. Te provoc să trăiești timp de 7 zile într-o curățenie impecabilă dând curs sugestiilor din paragrafele anterioare, iar dacă nu vezi nicio schimbare în viața ta financiară la finalul acestor 7 zile, întoarce-te aici și spune-o. Însă eu sunt convins că nu va fi cazul.

Fiecare arie a vieții noastre este interconectată cu toate celelalte. Tocmai de asta, să trăiești într-un mediu organizat va impacta aria financiară a vieții tale.

2. Clarifică-ți încă o dată scopurile tale

Obiectivele, intențiile și scopul nostru în viață merită reîmprospătate periodic. De aceea, provocarea cu numărul doi pentru tine este să iei o foaie de hârtie și să îți clarifici cine ești tu în acest moment și încotro te îndrepti.

Imaginează-ți că vin la tine acasă în această seară. Intru silențios. Te trezesc instant din somn și te întreb: „care sunt intențiile și obiectivele tale. De ce și pentru ce trăiești?” Ai fi în stare să îmi răspunzi scurt și clar la această întrebare. Dacă da, atunci înseamnă că ai făcut de curând un exercițiu de reconștientizare a scopului tău pe acest pământ.

Eu obișnuiesc să refac acest exercițiu de fiecare dată când termin o agendă. Ție îți recomand să îl faci chiar acum după ce termini de citit acest articol. Să știi exact încotro te îndrepti te va ajuta indirect să faci mai mulți bani.

3. Provocarea instruirii

Știu că tu ești un om care se educă. Altfel nu ai fi aici în Academia Fericirii. Însă eu când am auzit pentru prima dată cât timp alocă oamenii bogați pentru a se educa am rămas surprins. De ce surprins? Fiindcă eu aveam impresia că mă educ mult și mă educam aproximativ un sfert din timpul pe care

oamenii bogați îl dedică învățării de lucruri noi.

De aceea, această provocare a instruirii presupune ca într-un interval de 7 zile să te educi minim 20 de ore. Ce îți recomand eu este să te educi pe subiectul abundenței și finanțelor, aceasta fiind tema modulului. Parcurge din scoarță în scoarță acest modul. Citește niște cărți care abordează subiectul abundenței, dar fă în așa fel încât să cumulezi 20 de ore de educație în 7 zile. La final îți vei fi recunoscător ție însuși pentru că ai dat curs acestei provocări.

Mai mult decât atât, cred că vei surprins să afli cât de multe poți învăța și descoperi în doar 7 zile în care te educi în mod consistent.

Idei de provocări care te pot ajuta să faci pași înspre sănătate financiară și abundență aș mai avea. O să mă opresc totuși aici fiindcă este important să aplici. Dacă dai curs celor 3 provocări de mai sus, iar ulterior după ce observi cum te-au ajutat, îți mai dorești și alte provocări, scrie-mi pe cosmin.academia.fericirii@gmail.com și îți dau și alte provocări cu mare drag. Am încă o provocare în minte căreia nu i-am dat nici eu curs, dar o să o fac în curând. Dacă vrei să afli care este, știi ce ai de făcut.

Cu recunoștință,

Cosmin Constantin-Cîmpanu

Bonus 6: Interviuurile

Academiei – Daniel Tănase

Interviul poate fi descărcat din secțiunea „Materiale video” a acestui modul.