



13 ДНЕЙ РЯБОТЫ С ДИСЦИПЛИНОЙ



..... ДЕНЬ 1

Дисциплина очень важна для реализации желаний и проектов. Но научиться ей трудно, особенно если мы определяем дисциплину по словарю:

-  обучение, которое делает людей более готовыми подчиняться или лучше контролировать себя, часто в форме правил и с применением наказаний, если правила нарушаются;
-  способность контролировать себя или других людей, даже находясь в трудной ситуации;

☀️ послушание и самоконтроль в результате обучения и т. д.

Веками мы пользовались этой концепцией, которая привела нас туда, где мы сейчас находимся. Слово «дисциплина» долгое время ассоциировалось со словами «страдание», «навязанная сила», «контроль» и «самоконтроль». Такая связь привела к огромным достижениям, но одновременно и к большим ограничениям:

- ✦ на школьном и профессиональном уровне: бросил школу, выгорел;
- ✦ на физическом уровне: дискомфорт и болезни;
- ✦ на уровне отношений: всемогущество, «культ обязательств и ответственности в любви» и т. д.

С помощью карт поразмышляйте над следующими вопросами:

- ☀️ Как я понимаю слово «дисциплина»?
- ☀️ Как это определение повлияло на мою жизнь?





ДЕНЬ 2

Ваше понимание и применение слова «дисциплина» отражает более сложную реальность. Высшее чувство «долга и обязательств» на самом деле помогает нам жить на Земле, уважая



«жизнь» и «законы космоса». Но в то же время оно показывает, как мы относимся к самим себе. Например, когда мы «навязываем» себе дисциплинированность, чтобы претворить проект в жизнь, мы предполагаем, что какая-то наша часть не согласна с этим. Иначе зачем нужно «навязывать» и «заставлять»?

Задайте колоде вопросы:

-  Зачем мне нужна дисциплина?
-  Как применять ее в жизни? Заставляя себя или как-то иначе?

..... ДЕНЬ 3



Когда мы навязываем себе челлендж или обязательство, то предполагаем, что внутри нас есть ответственная, честная часть, которая хочет развиваться. А другая часть, ленивая, не хочет делать ничего, только вернуться назад, остаться в известном.

Признайте обе части внутри себя и выберите по карте на каждую. Будьте готовы выслушать их.

..... ДЕНЬ 4



План соблазнения!

Чтобы оставаться дисциплинированными, мы стараемся мотивировать себя. Обещаем приз

после больших усилий или выходные в конце трудного пути!

Иногда это работает, но порой мы бунтуем...

☀️ Какие стратегии позволяют мне придерживаться дисциплины? Хорошо ли они работают?

☀️ Как я бунтую?



ДЕНЬ 5

Мы привыкли применять силу, чтобы не нарушать дисциплину.

Я вижу проявления дисциплины в нашем обществе как конфликт между феминными и маскулинными принципами внутри нас.


Выберите две карты из колоды Таро и постарайтесь найти в них феминные и маскулинные признаки. Это могут быть Старшие Арканы. Например, феминные принципы олицетворяет «Императрица», а маскулинные — «Император».

Положите эти две карты в центр.

Затем вытяните карту и положите ее слева: она отображает дисциплину с точки зрения женщины.

Выберите еще одну карту и положите справа: это будет дисциплина с точки зрения мужчины.



 Есть ли разница между этими точками зрения?

..... ДЕНЬ 6 

Пришло время изменить определение «дисциплины» так, чтобы оно помогало строить новую реальность и становиться лучшей версией себя.

Для меня дисциплина — это когда в танце соединяются:

- ✦ вдохновение, творчество, техника священного дыхания;
- ✦ воля, огонь, сила и...
- ✦ то, что дает нам земная жизнь: время, пространство и т. д.

Дисциплина — сама по себе опыт, который учит находить баланс между божественно-феминным и божественно-маскулинным. Женский поток нуждается в мужской структуре и четких границах (время и пространство).

Дисциплина означает, что мы видим потенциал и нам хватает воли достичь его с помощью:

- ✦ оптимизма;
- ✦ открытости к каждой возможности;
- ✦ любви;
- ✦ доброты в каждой частичке нашей души.

Выберите проект, который вы бы хотели выполнить в данный момент, и спросите у колоды:

- ☀ Как я могу дать проекту больше любви?
- ☀ Как я могу соединить феминные и маскулинные принципы внутри себя, чтобы мне понравилось претворять проект в жизнь?
- ☀ Что мне нужно сделать, чтобы больше уважать феминные принципы?
- ☀ Что мне нужно сделать, чтобы больше уважать маскулинные принципы?



ДЕНЬ 7

Терпение — тихая сила. Это значит, что нужно придерживаться твердой силы воли, а не вестись на сиюминутные желания...

- ☀ Как быть терпеливым, чтобы исполнить свою мечту?
- ☀ Помните, что нужно возвращать в себе любовь и доброту.



ДЕНЬ 8



Иногда очень просто оказаться в ловушке у «власти и навязывания», чтобы выполнить все



быстрее. Сначала навязать, потом объяснить причину.

Дисциплина требует смелости. Не для того, чтобы «навязать правила», а для того, чтобы умерить ритм, последовать божественному потоку и прекратить себе лгать...

Узнайте с помощью карт:

-  Как мне быть смелым?
-  Как с помощью храбрости я могу слушать и понимать собственные нужды или сообщения от моего божественного «Я»?

..... ДЕНЬ 9 

Дисциплина равна прощению?

Да, нужно простить себя, как только чувствуете, что внутри пробуждается желание тирании или чувство вины.

Дисциплина связана с целями, но если вам трудно их придерживаться, то уделите время, чтобы откровенно с собой поговорить, пересмотреть мечту и методы ее реализации.

Возможно, ответ придет сразу, а может, придется подождать. Во время ожидания простите себя и доверьтесь процессу, будьте более восприимчивы и готовы сотрудничать с собой.

Задайте колоде следующий вопрос:

-  Как мне говорить с собой из любви, а не из силы?



ДЕНЬ 10

Дисциплина, проекты, жизнь... В первую очередь все это опыт. Наслаждайтесь им. Узнайте с помощью карт:

☀ Как мне начать наслаждаться опытом? Работой? Проектом? Жизнью?



ДЕНЬ 11

Сила поможет сохранить ясный ум во время бури, и, несмотря на темные тучи и застилающий глаза туман, сердце увидит утреннюю звезду. Спросите у колоды:

☀ Как мне найти силу, чтобы достичь цели?

Дисциплина — комбинация жестких и мягких сил. Это танец, в котором мы учимся ловкости и отрешенности.

☀ Как я справляюсь с этим танцем? Как я могу достичь баланса?





ДЕНЬ 12

Дисциплина помогает отличать то, что позволяет двигаться вперед, от того, чего стоит



избегать, и показывает, кто или что может вас замедлить. Из-за промедления можно потерять дорогу или сойти с нее. Невылеченные раны приводят к сомнениям, неуверенностям, зависимостям и страхам. Социальные сети и токсичные люди тоже могут замедлять вас.

-  Как сохранять фильтр чистым?
-  Что стоит отложить в сторону, чтобы оставаться дисциплинированным?

.....

ДЕНЬ 13



Как только вы примиритесь с душой и перестанете с ней бороться:

- ✦ вы обретете силу, которая позволит совершить нечто великое;
- ✦ вы сонастроитесь с душой;
- ✦ все вокруг станет более гибким.

Вы сможете преодолеть барьеры. Трудности больше не будут вас пугать, а только сделают опыт богаче.

Исследуйте вместе с колодой:

-  Как я могу найти гармонию с душой?

Когда вы становитесь на путь поиска связи с душой, жизнь начинает проявляться в вас. Все

миры защищают вас и благословляют. Но будьте осторожны, потому что вы не защищены от самих себя.



ДЕНЬ 14



Предки традиционно благословляют новобрачных. Обычай выглядит просто, но за внешней простотой скрывается уникальная возможность для новой семьи получить позитивную энергию, а также необходимую защиту и подходящую энергию для новой жизни.

Чтобы развивать дисциплину в повседневной жизни и подавать пример другим людям, благословляйте свой опыт, жизнь свою и других людей, просите благословения!

Вся эта «позитивная энергия» поможет вам двигаться дальше.

На этом принципе основываются групповые церемонии и практики (для разных людей, мест и ситуаций). Мы концентрируемся на любви, посылая свои намерения в космос без каких-либо ожиданий, не желая ничего взамен...



Узнайте у колоды:

-  Кого я могу попросить отправить моим проектам позитивную энергию?
-  Кому я могу направить свои наилучшие пожелания и позитивную энергию прямо сейчас?



..... ДЕНЬ 13 

Праздновать — значит глубоко понимать смысл опыта, который мы проживаем, быть за него благодарным и делиться этим ощущением с другими людьми.

-  Какое влияние имеют маленькие и большие празднования в моем проекте?
-  Как можно отпраздновать успех и неудачу?