

Controlul Furiei!

Controlul furiei și a reacțiilor nervoase rapide, de moment este una dintre cele mai mari provocări pentru mintea noastră. Ai nevoie de autocontrol dar și de o mentalitate solidă. Este nevoie să privești furia ca pe o problemă, nu ca pe o soluție. Dacă înțelegi asta, ai făcut primul pas spre eliberare. Cum să reacționezi pe moment, când furia vine și pare de neoprit? Vezi în Video următor.

*Antrenament Mental = Viață Fericită = Putere și Voință
Împarte aceste rânduri și vei ajuta să transformi pe cei dragi.
Comunitatea celor cu mintea limpede și liniștită, te salută!*

Ai păreri? Comentează mai jos cu spor