

Timpul spre afara a devenit timpul spre inaintre

Izolarea, acest necesar spre linistea si relaxarea fizica, ne-a oprit sa mai construim in afara.

Si ne-a determinat sa construim inaintre. Cel putin pe o parte dintre noi.

De cand ma trezesc si pana cand ma culc, puterea izolarii ma tine mai atent la mine decat inainte.

Insa uite cum:

- Sfanta trezire de dimineata este binecuvantarea faptului ca inca o zi imi mangaie existenta, iar ca semn de recunostinta salut cu deplina constiinciozitate, de 12 ori, Soarele, prin Surya Namaskar. Fie ca soarele e la vedere sau nu. Fie ca e ger, cald, graba sau ploua.
- Ma indemn sa-mi pun trupul la miscare 15 minute dupa, prin mai multe asane, pentru diferite glande endocrine in corp, spre marea lor bucurie.
- Pranayama – sau exercitii de respiratie constiente sunt producatoare de energie pentru ziua ce urmeaza. Am in pachet cateva serii pentru aerisire.
- Trag rapid niste minerale si saruri interzise in societate si ma induplec dupa cu niste apa mucegaita, plina de enzime si oligoelemente, printre care si argila.
- Dupa toate astea, arunc in stomac tot ce nu e din magazin si ma apuc de treaba de peste zi. Iar ziua este asa:
- 1h am de citit.
- 12 h de munca de acasa prin: interviuri, scris, videouri, socoteli, directii, planuri cu echipa mea.
- 1h de curatare interna si externa.
- 8h de somn.
- 2 h de pregatire a mai multor soiuri de alimente si mancaruri, netranzitate de consumerism, pentru a-mi asigura hrana cea benefica organelor mele interne. Doar prin ele pot trai.
- In acea ora de citit, savurez uneori cu mare drag audiobookurile celor de la [ActsiPoliton](#), in deplina armonie cu iarba de afara. Uneori le pun in masina in drumurile dintre orase. Cu multa straduinta mintea mea vrea sa cuprinda spre evolutie, insa stiu ca nu e suficient doar sa ascult sau sa citesc, ci sa practic din acestea.

Izolarea este un bun necesar omului si un rau adus [societatii](#).

Societatea este compusa din alergatura, miscarea si devotamentul oamenilor sa-si ridice materia prin ea. Societatea beneficiaza de graba si rutina oamenilor, oferindu-le

un vis care dispare pe masura ce omul se apropie de sfarsit, acesta vazandu-si viata din trecut, prin regrete sau victorii.

Masura societatii este omul, care doar prin propria lui putere poate face pentru el un bine acumuland, crescand, invatand si daruind sufletului sau doar din ce are, stie si face. Doar asa altii pot invata de la el.