

TARGALT TEGEMISE KOOLITUS

Hästi elamine

PEEP VAIN

Väga hästi ja väga hea elu elamise juures tasub teada huvitavat tõsiasja:

Heaks eluks pole vaja, et kõik elu osad oleks tingimata head. Piisab sellest, kui osad on rahuldavad ja osad head või väga head.

- **Väga heaks** eluks ei ole vajalik, et **kõik** elu osad oleksid eraldivõetult väga heas seisus. Piisab, kui nad kõik on vähemalt heas seisus. Juba siis on elu kokkuvõttes väga hea.
- **Enne**, kui püüelda väga hea elu poole, tasub püüelda hea elu poole ja selleni (ka päriselt) jõuda. Alles siis sihime väga head.
- **Väga hästi elamist võib kohe sihtida**. Selleni ei pruugi küll ei kohe ega niipea jõuda, kui sihtida võib kohe. Aga taas, hakatuseks tasuks siiski sihtida mitte väga hästi, vaid hästi elamist. Kohe väga hästi elada püüdes võib tekkida lootusetus, pettumus, kangestumus ja käega löömine.

Sa ei saa teada seda, mida sa pole kogenud, ammugi mitte seda, mida sa pole näinud ega millest kuulnud. **Sellepärast tasub asju uurida, teha ja katsetada, et ISE AVASTADA**, mis tunne siis on. (See on uskumatult ja üllatavalt vinge)

Mis elu osad on sul juba praegu „neljadele“ või „viitele“ korras?

Et seda järjest paremat elu luua, tuleb omaks võtta **KAIZEN** mõtteviis, mis seisneb:

1. elukestvas väikeste paranduste tegemises oma elus ja iseendas,
2. muudatuste tegemise ja muutustega kohanemise võime tõstmises,
3. oma harjumuste muutmise, parandamise ja loomise võime tõstmises.

Milles sa niigi juba praegu püüad kogu aeg veidi parem olla?

**Kolm valikut, mida tegid ise (võimalik, et teiste mõjutusel)
ja mis su elukäiku - kas hästi või siis halvasti - kõige rohkem
mõjutanud ning muutnud on:**

**Mis on need asjad, mida sa tead, et PEAKSID tegema (või ära
tegema), aga mida sa ei tee (või veel teinud ei ole)**

Jätka liikumist aina parema elu suunas unikaalsete mõtterännakutega

Peep Vain juhendab Muutuse mõtterännakutel meeli avardava muusika saatel Sind kõiki elu olulisi tahke vaatama ja parendama ning aitab Sul navigeerida soovitud tulemusteni. **Vaata muutus.ee**