

VITAMINA M
PER
CORPO, MENTE E ANIMA

ENERGIA DORMANTE SVEGLIATA PER
CRESCITA FINANZIARIA E PERSONALE

GURINDER “RICKY” SINGH

VITAMINA M PER CORPU, MENTE E ANIMA

Copyright © da Ricky Singh 2020. Tutti i diritti riservati. Stampatu in i Stati Uniti d'America. Nisuna parte di stu libru pò esse aduprata o riprodotta in ogni modu senza permessu scrittu, salvu in u casu di citazioni brevi incarnate in articoli critichi è recensioni. Per più infurmazione nantu à l'idee discussate in stu libru, cuntattate Ricky Singh.

SITE WEB

www.ricky-singh.com

Per ordini copie supplementari di stu libru, visitate:

Amazon.com

o cuntattate Ricky Singh à:

E-Mail: 711ricky@gmail.com
302-740-7066

Per piacè lasciate u vostru nome è u vostru telefonu numeru è l'autore cuntattà tu. Pudete ancu mandà missaghji di testu.

Publicatu da: Ricky Singh
Distribuitu da: Kindle Direct Publishing

Copyright © 2020 by: Ricky Singh

All rights reserved.

ISBN:

TABLE OF CONTENTS

DEDICAZIONE

14

PREFAZIONE

15

RINGRAZIAMENTI

16

PREFACE

18

TRE RIFLESSIONI PERSONALI

19

CAPITOLU I

INTRODUZIONE

23 - 63

**VITAMINA M - CORE ENERGY - 12 DIMENSIONI -
& CONCEPT THEMATIQUE CENTRALE**

24

CHÌ SÒ I SOLDI ?

26

L'ENERGIA CORE HÈ IDENTICA IN OGNI PERSONA

27

FIGURA 1

12 DIMENSIONI E VITAMINA M - DIAGRAMMA ENERGIA CORE

29

TEMA CENTRALE

30

DETECTING ENERGIA

31

AVANZAMENTO IN INTRU DI L'UMANITÀ
33

U RITMU DI A TRASFURMAZIONI PERSONALE
34

COSA È A VITAMINA M?
36

FIGURA 2
MEZZI DI OTTENERE DENARI
39

FIGURA 3
IMPATTU DI MONEY
40

FIGURA 4
CORE ENERGY & MONEY EARNED
40

A GLORIA DI ENERGIA CORE
43

ENERGIA IN A MENTE
43

ENERGIA IN DESIRE
43

ENERGIA IN ACTION
44

12 DIMENSIONI - CORE ENERGY - VITAMINA M
44

MOVE OLTRE A ZONA DI CONFORT
46

PROGRESSIONE & VITAMIN M UTILISATION
48

LIBERTÀ ESTERNA / INTERNA E VITAMINA M
51

LOCUS OF CONTROL & FREE WOLENT
55

CRESCITA FINANZIARIA & ECCELLENZA PERSONALE
57

AWAKENING INTELLIGENZA ENERGETICA
60

CAPITOLU 2
VISIONE DI A VITA
65 - 88

FISSA E REALISU DI OBIETTIVI
66

OBIETTIVI, PERFORMANCE, E AUTOEFFICACIA
66

MINDSET THEORY DI FASI D'ACTION
68

SALIENCE INCENTIVA
69

QUATTRE FASE DI PURSUIT GOAL E VITAMINA M
70

IPOTESI GOAL-GRADIENT
71

PROSPECT THEORY PERSPECTIVE
72

PERSISTENZA OBIETTIVI
73

ANALISI SWOT, FIT STRATEGIC, & BENCHMARKING
75

RIFLESSIONI PAROLA

77

U RICONOSCUSSU DI L'OPPORTUNITÀ SVIGLIA A POTENZA DORMANTA

78

RICUNNISCENZA & SBOCCIAMENTU FORA DI I ZONI DI CUNFORTU

81

IMPEGNI E SUPERA A RESISTENZA INTERNA / ESTERNA

86

ABBRACCE RISCHI E RECOMPENSA IN CUSTODIA

87

FUNDAZIONE DI EQUILIBRIO PER L'ECCELLENZA

88

CAPITOLU 3

VITAMINA M & RINFORZA U CORPU FISICU

89 - 92

FÀ U CORPU FISICA SANU

90

ENERGIA DENTRO U CORPO FISICA E CRESCITURA FINANZIARIA

91

MIGLIORAZIONE DI SALUTE FISICA & SLIGLIA DI CROSSING

91

BALANCE DECISIONAL: AUTOEFFICACIA VS. TENTAZIONE

92

CAPITOLU 4

VITAMINA M & RINFORZA A MENTE

93 - 116

QUÈ A MENTE?

94

FIGURA 5
QUATRE ASPETTI DI L'ENERGIA MENTE & CORE
94

PENSIERI-EMOZIONI-MEMORIES-DESIRE & DENARI
97

FIGURA 6
PENSIERI-EMOZIONI-MEMORIES-DESIRE & DIAGRAMA ENERGIA
97

MENTE-FISIOLOGIA & CORE ENERGY
98

A PREZIOSA DI TEMPUS
100

FIGURA 7
PASSU - PRESENTE - DIAGRAMA FUTURU
100

MEMORIA, CHATTERING INTERNI, TEMPUS CALENDARI, E DESIRE
102

FIGURA 8
MEMORIA, CHATTERING INTERNI, TEMPUS CALENDARI, E DESIRE
DIAGRAMMA
102

USE, MISUSE, & ABUSE DI MONEY
104

USU, MISUSE, & ABUSE DI POWER MENTAL
106

FIGURA 9
CORE ENERGIA, QUADRO MENTALE, E VITAMINA M
DIAGRAMMA
107

PERSONALITÀ & RISVEGLIO ENERGETIC
108

QUALITÀ PUSITIVA E GESTIONE DI TEMPU

109

MONEY & DISCIPLINE MENTAL

110

DEBIT:

UN DISTRUTTORE DI PACE INTERNA & SUCCESSO ESTERNI

110

A FILUSUFIA DI: BUY ORA & PAGA ORA

111

SPENSA - SAVE - DAI:

UNA FORMULA PER L'EQUILIBRIO MENTALE

112

RICERCA INTERNA E INTELLIGENZA ENERGETICA

112

PIC STATES & EUPHORIA

114

A BISOGNA PSICOLOGICA DI NOVITÀ SENZA DANNU

116

CAPITOLU 5

VITAMINA M & U POWER DI L'ANIMA

117 - 143

CHÌ GHJÈ L'ENERGIA PRIMARIA È L'ÀNIMA?

118

FRAGMENTAZIONE PSICOLOGICA VS. INTEGRAZIONE ENERGETICA

119

CAUSE MAJOR DI PSICOLOGICA E FINANZIARIA

FRAGMENTAZIONE

120

FIGURA 10
CAUSE MAJOR DI FRAGMENTAZIONI ENERGIA CORE
DIAGRAMMA
125

RELAZIONE FRA POWER SPIRITUALE E POWER FINANCIAL
126

CAPITOLU 6
A MAGNIFICE DI ENERGIA
129 - 154

OPULENZA E VITAMINA M
130

A PRISIONE DI I CONFLICTI UMANI
132

FIGURA 11
A PRISIONE DI I CONFLICTI UMANI
DIAGRAMMA
133

FUSIONE ENERGETICA DI POWER FINANCIAL & INNER
133

FIGURA 12
VITAMINA M E METAMORFOSI IN PURA JOIA
DIAGRAMMA
135

RAGIUNAMENTE ESPERIENTIAL & ENERGIA PERSONALE
135

PERFORMANCE & ENERGIA PRIMAL
137

CAPITOLU 7
MENTALITÀ ORIENTATA DI RISULTATI VS PROCESSU
145 - 150

**DISINTEGRAZIONE ENERGIA VS. INTEGRAZIONE ENERGETICA:
UNA SCELTA
146**

**CAPITOLU 8
UN NOVU INIZIO
151**

**DIAGRAMMI CONTEMPLATIVI PER
AUTORIFLESSIONE E DISCUSSIONE
155 - 163**

**DIAGRAMMA #1
LIBERTÀ FINANZIARIA E INTERNA
156**

**DIAGRAMMA #2
RELAZIONE FRA PURA E INSECURITY
157**

**DIAGRAMMA #3
SICUREZZA FINANZIARIA E PACE DI MENTE
158**

**DIAGRAMMA #4
LIBERTÀ FINANZIARIA & U MONDU MATERIALE
159**

**DIAGRAMMA # 5
FATTURI DI SUCCESS: ABILITY - MOTIVATION - OPPORTUNITÀ
160**

**DIAGRAMMA #6
RESTÀ IN A NOVITÀ DI L'ESPERIENZA DI VITA CUTIDIANI
161**

**DIAGRAMMA #7
TROUVER U STRAORDINARU IN ORDINARY
162**

DIAGRAMMA # 8
L'IMPORTANZA DI INTROSPECTION
163

APPENDICE
165 - 185

FIGURA 13
COMPARARE FRA VITAMINA E VITAMINA M
166

FIGURA 14
DIMENSIONE # 1
BENESSERE FISICO - MENTALE & ENERGIA CORE
- VITAMINA M
167

FIGURA 15
DIMENSIONE # 2
FORZA MENTALE & ENERGIA CORE - VITAMINA M
168

FIGURA 16
DIMENSIONE # 3
EQUILIBRIO EMOZIONALE E ENERGIA CORE - VITAMINA M
169

FIGURA 17
DIMENSIONE # 4
EQUILIBRIO SOCIALE / RELAZIONI E CORE ENERGIA - VITAMINA M
170

FIGURA 18
DIMENSIONE # 5
PERSONALITÀ / SVILUPPU DI U CARATTERU &
CORE ENERGY - VITAMINA M
171

FIGURA 19
DIMENSIONE # 6
ARMONIA FAMIGLIA / FIORITURA D'AMORE E ENERGIA CORE - VITAMINA M
172

FIGURA 20
DIMENSIONE # 7
INTIMITA E ENERGIA CORE - VITAMINA M
173

FIGURA 21
DIMENSIONE # 8
SALUTE FINANZIARIA / CRESCITA E ENERGIA CORE - VITAMINA M
174

FIGURA 22
DIMENSIONE # 9
CARRIERA / SVILUPPU OCCUPAZIONALE È ENERGIA CORE - VITAMINA M
175

FIGURA 23
DIMENSIONE # 10
QUALITÀ DI VITA È ENERGIA CORE - VITAMINA M
176

FIGURA 24
DIMENSIONE # 11
VITA RECREATIVA È ENERGIA CORE - VITAMINA M
177

FIGURA 25
DIMENSIONE # 12
SPIRITUAL - VITA RELIGIUSA & CORE ENERGY - VITAMINA M
178

FIGURA 26
FATTORI PRINCIPALI INFLUENZE CORE PROCESS OF OPPORTUNITY
RICONOSCUSSU È SVILUPPU
179

FIGURA 27
CORE ENERGY & ZONES
180

FIGURA 28
FLOW STATE & MOVING FOR THE COMFORT ZONE
181

FIGURA 29
DIAGRAMMI DI STATI DI FLUSSO
182

FIGURA 30
DIAGRAMMA D'IMPEGNI
183

CONCEPTU DI RIFERENZA # 1
STAGI DI CAMBIAMENTI
184

CONCEPTU DI RIFERENZA # 2
VELOCITY OF MONEY
185

NOTE &
REFERENZE
187

À PROPOSITU DI L'AUTORE
194

DEDICAZIONE

Stu libru hè dedicatu à u mo babbu,
S. Dalbir Singh (1 di ferraghju di u 1943 à u 30 d'aostu di u 1996),
chì era u Cummissariu Assistente di Pulizia (Polizia di Delhi).

U vostru spiritu, a vostra influenza, u vostru caratteru è a vostra presenza
tranquilla ma forte mi guidanu ancu oghje.



PREFACIO

Ogni esseru umanu hà l'energia dormiente senza sfruttamentu chì attraversa u corpu fisicu è a mente. A vita di u Signore Ricky Singh hè una di grande ispirazione per u mondu sanu in quantu à questa energia. I so rializzazioni sò una prova di attivà, sfruttà è utilizendu l'energia core interna per u sviluppu persunale è cumpiendu grandi scopi. Hà cullucatu cù successu à a cima di u Monte Everest fendu 5 viaghji diffirenti in l'Himalaya cù a corsa di 50 maratoni in 50 stati. Paralleli à questi sviluppi persunali sò sviluppi significativi in u mondu cummerciale. Hè statu capace di cunnetta u sviluppu di e so imprese cù u sviluppu persunale è cum'è un serviziu à l'umanità, hà scrittu stu libru straordinariu chì esamina u megliu usu di soldi. In u mondu sanu, i soldi sò cumu si facenu scambii di merchenzie, prudutti è servizii. U soldi hè ancu un putere potente crudu chì attraversa a mente / u cervellu, facendu pussibile tutte e sperienze in a vita. In a mo carriera di medico, aghju scontru innumerevoli individui chì ùn sò micca stati capaci di fà u megliu equilibriu pussibile trà a mente è u corpu. U prugramma Angel Wing, LLC furnisce servizii cum'è meditazioni, dialoghi, presentazioni, etc. per facilità una più grande cunessione mente / corpu per l'elevazione di l'umanità. Stu libru hè un testimunianza di qualità potenti, cum'è l'automaestria, a trasfurmazioni persunale è l'elevazione umana. L'umanità soffre in innumerevoli manere induve i prublemi finanziariii / prublemi sò generalmente una parte di sta sofferenza. U cuncettu di vitamina M prisentatu in stu libru hè veramente notevuli. S'ellu hè inculcatu da e masse, puderia trasfurmà a sucità umana da l'internu. Ogni idea presentata da u Signore Singh hà un putere immensu. Awaking of this power is possible by everyday application of concepts/idees presentated, centering around Vitamin M. Hè cun grande gioia chì aghju espresu i mo migliori auguri à u Signore Ricky Singh è, soprattuttu, à tutti i lettori per un tremendu prugressu in tutti l'aspetti di vita.

Chetana Kripalu, MD

RINGRAZIAMENTI

U mo mondu hè assai megliu grazia principalmente à e persone chì anu datu u so preziosu tempu è sforzu per guidà mi. Anu spartutu cun mè u rigalu di u so tempu, a cunniscenza, l'amore, l'affettu, è m'hà motivatu à fà u listessu cù l'altri. Sò statu benedettu cù parecchi mentori in tutta a mo carriera è sò a mo cassa di risonanza per rinfriscà l'idee è uttene opinioni senza filtrazione. Mentre ùn saria praticamente impossibile di nome à tutti quelli chì m'hà aiutatu à ghjunghje à induve sò oghje, uni pochi di nomi spuntanu in a mo mente.

Duranti u mo università (pre-business) ghjorni, u mo primu è solu capu Manbir (Mike) Singh chì ferma una grande influenza in a mo vita. Mike m'hà amparatu u valore di u travagliu duru è m'hà mentoratu è m'hà insignatu praticamente tuttu ciò chì sacciu di l'affari di gasolinee.

In u 1992, quandu aghju affittatu a mo stazione di serviziu di benzina, ci era un garage (J's Tires) attaccatu à ellu gestitu da un ghjovanu energicu, Joe Soltow. Joe era un omu piuttosto piacevule ma tranquillu chì passava ogni ghjornu, tuttu u ghjornu à u travagliu. À quellu puntu, eru solu un imprenditore cù l'ochji stellati chì sunnieghja di fà milioni. L'unicu prublema era chì a mo etica di u travagliu era pigra è, in qualchì modu, pensu chì puderia aduprà u mo cervellu per fà soldi senza veramente travaglià dura è longa ore. Joe hà modellatu cù e so azzioni è e parolle chì u travagliu duru è a coerenza sempre batteranu boni intenzioni è talentu, soprattuttu se u talentu ùn travaglia micca duramente. U tempu chì aghju passatu à osservà chì Joe dirige a so attività mi hà apertu l'ochji nantu à u valore di u travagliu di grunt noioso è ripetitivu, è finu à oghje resta forse u megliu investimentu ch'e aghju mai fattu.

Quandu u tempu avanzava, aghju bisognu di un accountant è hà fattu una chjamata à u Signore Kaushik Shah, CPA di Shah è Associates. L'aghju dettu chì aghju travagliatu in una stazione di benzina da aperta à chjude, cusì ùn aghju micca pussutu scuntrà ellu in u so uffiziu durante l'ora normale di l'affari. Si scendeva à a stazione di benzina per fà a mo contabilità è mi parlava trà mè serve à i mo clienti. Quanti cuntabili piglianu u so preziosu tempu fatturabile per falà è scuntrà cun un ghjovanu nimu è accunsenti à mentorli gratuitamente? Tuttu ciò chì sacciu di soldi

(Vitamina M) è investimenti, aghju amparatu da u Signore Shah. Hà, annantu à l'anni, hà spartutu cun mè u so tempu, a cunniscenza, i cuntatti è soprattuttu, a so etica è a so visione di a vita in diverse materie. Per quessa, li seraghju eternamente grata.

Vogliu ancu sprime u mo ringraziu sinceru à u mo coach di libru chì vole stà anonimu per ragioni persunali. Senza u vostru aiutu è guida cù a tecnulugia è tuttu u restu, stu libru ùn saria micca quellu chì hè oghje.

A maiò parte di tuttu, vogliu ringrazià a mo ànima gemella è a mo moglia, Manjeet Kaur. Sans son soutien inestimable, ce livre ne serait resté qu'un rêve. Sò tantu grata d'avè in a mo vita è mi piacerebbe piglià sta occasione per ringraziallu per tutte e cose meravigliose chì fate per mè è i zitelli. Ti tengu caru.

-- Ricky Singh

PREFACE

Benvenuti! Avemu da principià un viaghju straordinariu in u sviluppu finanziariu è a crescita persunale. U mondu sanu gira intornu à i soldi è l'autore hà intenzione di presentà una varietà di idee chì anu risonatu in a vita, purtendu à realizzazioni significativu cù un statu generale di sfruttamentu di energia è benessere. L'idee discussate in stu libru sò tutte interconnesse, interlocked, è interlinked. Dunque, i lettori sò invitati à piglià una lettura sistematica di stu libru (vale à dì, da u principiu à a fine) o cumincianu à leghje u libru in ogni puntu è saltà liberamente. L'enfasi hè posta nantu à l'interconnessione di idee è cuncetti riguardanti a vitamina M è l'energia core.

Ci hè una sola energia chì piglia forme innumerabili. U putere finanziariu hè a so energia primaria chì si sveglia da l'internu.

-- Ricky Singh

RIFLESSIONE PERSONALE # 1

**Truvate un locu tranquillu per pusà.
Leghjite a quistione sottu.
Chiudi l'ochji è visualisate a quistione.
Mantene e parolle in a vostra mente è core.
Avvisate ciò chì pensate è senti cù l'ochji chjusi.**

\$\$\$ \$\$

**QUALI VERITÀ
ESISTE SULLA
MUA VITA
FINANZIARIA CHE
SOLU SUSSU ?**

RIFLESSIONE PERSONALE # 2

**Truvate un locu tranquillu per pusà.
Leghjite a quistione sottu.
Chiudi l'ochji è visualisate a quistione.
Mantene e parolle in a vostra mente è core.
Avvisate ciò chì pensate è senti cù l'ochji chjusi.**

\$ \$ \$ \$ \$

**Chì ci hè a
fonte di a mo
energia
creativa ?**

RIFLESSIONE PERSONALE # 3

**Truvate un locu tranquillu per pusà.
Leghjite a quistione sottu.
Chiudi l'ochji è visualisate a quistione.
Mantene e parole in a vostra mente è core.
Avvisate ciò chì pensate è senti cù l'ochji chjusi.**

\$ \$ \$ \$ \$

**INDUNI È COME
VANNO
UTILIZZATI I MOI
DENARI ?**

CAPITOLU 1

INTRODUZIONE

CHE U VIAGGIU INIZIÀ !

I non-ricchi passanu i so soldi è salvanu ciò chì resta. I ricchi salvanu i so soldi è spende ciò chì resta. Unu hè una filusufia di miseria, è l'altru hè una filusufia di ricchezza, è solu unu vi aiuterà

VITAMINA M - CORE ENERGY - 12 DIMENSIONI - & CONCEPT THEMATIQUE CENTRALE

A vita esiste per a prisenza di l'energia chì stimula a vitalità è u prugressu in tutte e facette di a vita. Duranti u tempu chì u scrittore hà campatu nantu à a nostra magnifica Terra, l'interazzione cù diversi individui sò accaduti attraversu una varietà di sperienze di vita. Ci hè una grande apprezzazione per questa diversità datu chì l'individui anu sfondate, intenzioni, scopi è desideri diffirenti. E persone, quasi universale, volenu i seguenti: quantità aumentate di soldi, salute eccellente, boni relazioni, è qualchì forma di automigliuramentu. Ancu s'è a maiò parte di a ghjente volenu avanzà in parecje direzzione (cum'è a salute fisica, e cundizioni ecunomiche, etc.), a maiò parte di a ghjente ùn sapi micca cumu per ghjunghje sti meravigliosi scopi. Sfurtunatamente, assai pirsuni si fermanu mentre tentanu di fà u prugressu, per via di a rivolta in mudelli stagnati. Quessi sò generalmente circles cuncentrichi chì impediscenu l'individui di avanzà più in a vita per via di a natura cíclica è ripetitiva di l'azzioni chì ùn prumove micca a crescita fora di stagnazione. Una intenzione maiò in a scrittura di stu libru hè di sparte valori, credenze è idee basate nantu à l'esperienze persunali è qualchì ricerca, chì ponu potenzialmente facilità u svegliu di prucessi interni straordinarii chì portanu à un prugressu notevuli. U prugressu esige, à volte, retrocede per una vera riflessione persunale. Qualchidunu crede chì unu deve esse eccessivamente "caricatu" a maiò parte di u tempu per un altu successu è saltà da un prughjettu / attività à l'altru. Sceglie sàviu induve mette l'energia persunale è cumu l'utilizanu più benefiziu, esige una riflessione persunale. Durante una tale riflessione attenta, unu guadagna chiarezza è saviezza nantu à quale "battaglie" sceglie in e so circostanze attuali. In cunseguenza, una di l'azzioni più impurtanti hè di "unplug" una volta è una volta da e so attività di solitu è piglià un passu in daretu (da l'attività chì cunsuma u tempu massimu) per a riflessione.

Indubbiamente, u scrittore hè positivu appassionatu di soldi. Guadagnà soldi hè indicativu di una pianificazione eccellente, risonanza cù e tendenze attuali di u mercatu, è u svegliu energeticu persunale. Hè, dunque, intrinsecamente benefiziu per distingue chjaramente trà l'obsessively chasing soldi versus mindfully contemplating steps action that result in u massimu benefiziu persunale è u prugressu. Fighjendu nantu à cumu ghjunghje l'uggettivi si trova quandu si retrocede è ottene una prospettiva megliu di sè stessu è di e circustanze di a vita attuale. Questu naturalmente riduce a preoccupazione, u stress è a tensione accumulata. A diversione in diverse attività hè benefica per l'effettu di rebalancing causatu da diversi diversi pianificati ripetuti. In a vita di u scrittore, questu hè fattu currendu longu distanzi è assorbita cumpletamente in a bellezza di correre senza chì altri pinsamenti entranu in a mente. Deliberatamente andendu in e muntagne (cumpresu l'ascensione di u Mt. Everest à u piccu), ignited un modu di sopravvivenza internu chì attivò una immensa energia primaria (core). Questa azzione deliberata hè stata fatta, parechje volte, per fà una più grande cuscenza di u fattu chì vivemu in un mondu privilegiatu, induve i pericoli immediati cum'è i predatori è l'ambienti duri ùn sò micca sperienze regularmente. In generale, ùn avemu micca da preoccupà a mancanza di cibo è ancu u 911 vene à noi in pochi minuti, curandu a maiò parte di l'emergenze. Parechje tali cunsulazioni sò generalmente pigliate per cuncede per via di a prutezzione furnita da i sistemi societali in u locu. Questi sistemi furnenu prutezzione mentre a maiò parte di noi pigghiamu questi privilegi per cuncessi. U scrittore hà pruvatu à esce da a bolla prutetta in quale vive a maiò parte di l'umanità. Dopu avè campatu in sta bolla protettiva, u scrittore s'hè sfidatu deliberatamente per alluntanassi da ellu, direttamente è deliberatamente, per affruntà circustanze / ambienti chì ùn sò micca in a bolla prutetta. L'autore hà pruvatu à superà a paura, trascende l'ansietà, è torna à l'instinti di sopravvivenza / primariu correndu in ambienti diversi è à volte unichi. L'attivazione di l'instinti di sopravvivenza libera una varietà di

l'hormone internu, cum'è l'adrenalina, chì l'energia interna più attiva, purtendu à volte, à una sperienza prufonda di l'unicità cù tutta a realtà. Quandu sti istinti diventanu attivu, si ricorda di Diu, pensa à a salute, è ci hè ancu l'esperienza di u dolore è u soffrenu induve a trascendenza di u dolore / u soffrenu diventa a so priorità immediata. Un pensa ancu à l'altri populi, cum'è quelli chì facenu un viaghju simili per ottene grandi alture, cum'è ghjunghje à a cima di u Monte Everest. Ci hè attivazione naturali di l'empatia è l'interconnessione cù l'altri chì dimostranu direttamente l'unicità di a razza umana quandu tali rializzazioni sò ottenuti.

Chì sò i soldi ?

Questa realizzazione di interconnessione hè applicabile, in parallelu, à i soldi. I soldi portanu a verità di l'interconnessione facilitendu l'interconvertibilità di diverse forme d'energia è di putere in tutte e altre forme. A Società utilizeghja l'energia (putenza) presente in i soldi per ottene diversi scopi è cumpiendu i desideri in tutti i domini di a vita. In fatti, l'esistenza di a sucietà muderna, è u livellu di sviluppu di a cultura è a tecnulugia ùn saria inconcepibile senza soldi. Semu dunque, dumandendu, chì hè esattamente i soldi? Sicondu l'economisti è i scienziati suciali, tutti i seguenti sò aspetti di soldi:

- a) U soldi hè un mezu di scambiu di bè è prudutti
- b) U soldi hè una tenda di valore
- c) U soldi hè una unità di contu
- d) U soldi hè una fonte di prominenza suciale è prestigiu
- e) U soldi furnisce a sicurezza fisica è psicologica
- f) U soldi hè un fattore impurtante per a salute, a sicurezza è u benessere generale di l'omu
- g) U soldi hè una basa di forza militare
- h) U soldi furnisce a basa è a fundazione di l'influenza publica è u putere puliticu

i) U soldi hè un simbulu crescente di impurtanza economica è putenza suciale

In vista di questi aspetti di soldi, una cunniscenza è a percezione di i soldi in diverse manere deve esse cun reverenza è rispettu. Videndu i soldi solu cum'è un ughjettu di u desideriu implica suddisfà e dumande di l'ego è mette a so energia versu a gratificazione di l'instinct egocentric. Ci hè una distinzione significativa trà reverenza / rispettu per i soldi versus u sensu di pussede per u so piacè. A gratitudine hè prodotta da u rispettu mentre chì i motivi egocentrici tentanu di cuntrullà, pussede, è forse ancu causanu danni à sè stessu è à a sucità in generale. Hè tuttu una questione di prospettiva in vede soldi è u so putenziale. Quandu unu vede u soldi cum'è a so mamma, cum'è qualcunu chì hà furnitu u so figliolu è hà resu pussibili assai sperienze impurtanti in a vita, questu provoca un cambiamentu significativu in a visione di a natura di i soldi è u so putere attuale.

L'ENERGIA CORE HÈ IDENTICA IN OGNI PERSONA

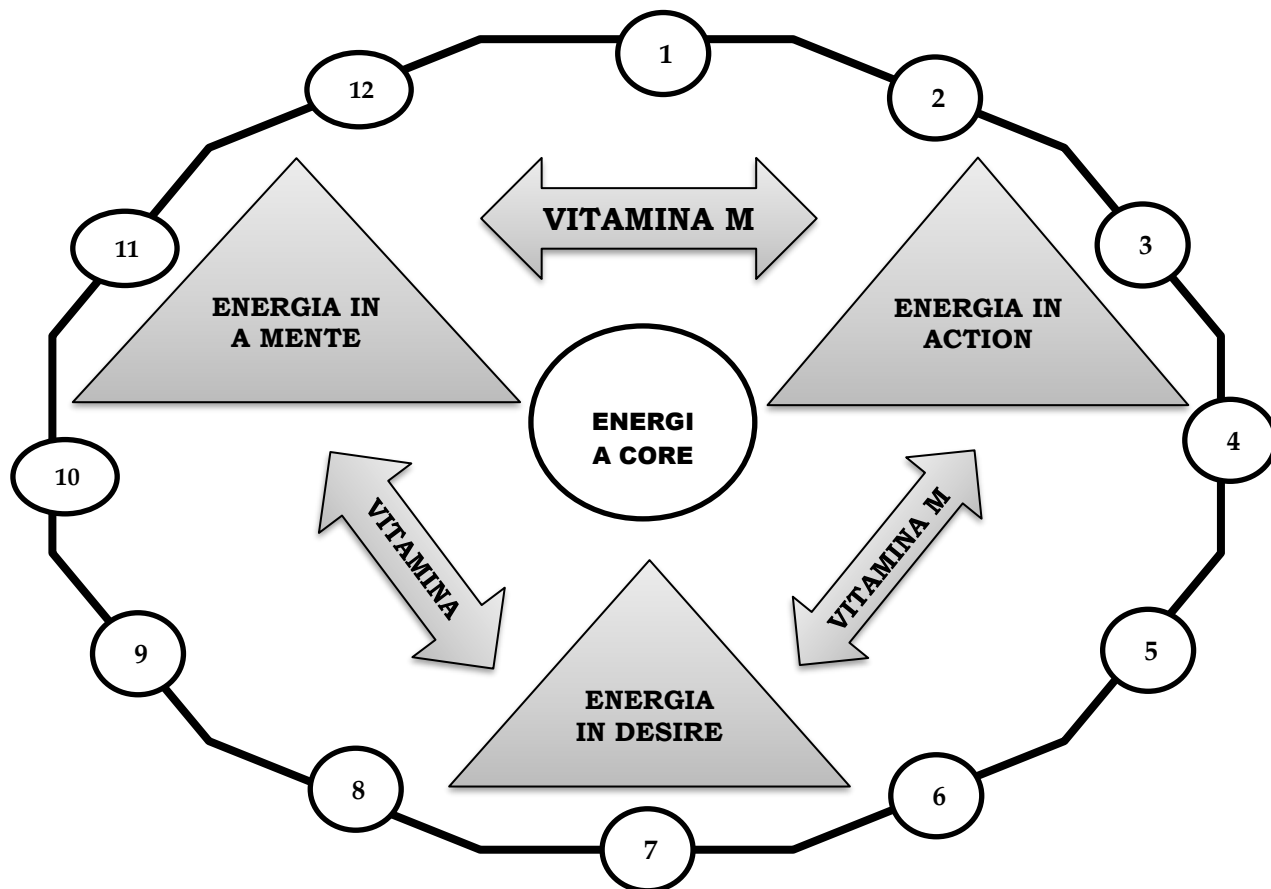
Ogni esse umanu hè natu cù certe caratteristiche di Diu (o naturali) chì sò diverse, cum'è e caratteristiche fisiche, razza, etnia, dimensione di u corpu, etc. Malgradu tali diffirenzii, u core di ogni persona hè fundamentalmente simili, se micca idèntica. Stu core hè energia cruda (indifferenziata), chì scorri à traversu i culturi, naziunalità, paesi, è altre differenzi trà e spezie umane. Ogni persona hà a capacità di accede à questa energia core (interna / primale) chì porta à a realizzazione di i desideri mentre crea una fundazione per un prugressu ulteriore per sperimentà un cumplimentu ancu più grande. Tali desideri di prugressu pò prduce un statu di vita megliu cù esperienze maravigliose dispunibili in u mondu materiale. Hè a prerogativa innata di ogni individuu per definisce a natura di u so livellu più altu o un statu megliu in termini persunali induve l'esperienze di vita cullucate in memoria individualizata servenu cum'è una guida tremenda per sviluppà un futuru maravigliu, in u presente.

I desideri di ogni persona, circostanze di vita, sfondi, genetica, educazione, condizioni, etc., sono senza dubbio diversi. Dunque, l'energia di u core di ogni persona è riflessa in i desideri personali, che porta a fare attività in tutti i campi di a vita. Data u fatto che l'energia core esiste in ogni persona, u scrittore rispetto domanda a i lettori di riconoscere sta energia di core è di canalizzarla verso u realizzazione di i desideri e i scopi senza causare danni a se stesso o a l'altri. Questa energia core è pura e indifferenziata che assume parecchie forme che fornisce a base per tutte le esperienze di vita. L'esistenza di l'energia di u core è di tutti i meccanismi animati per questa è un testimone di a gloria di a potenza cruda esistente cum'è u nostro core energetico interno. A mancanza di competenze adatte a canalizzare l'energia porta a "fuga di energia" induce a rigenerazione di a stessa energia è ostruita. Questa "fuga" di solito accade per perseguire "hits rapidi di l'esperienza" piuttosto che un accumulo graduale è gioioso, risultato in una trasformazione personale naturale / organica. Tale accumulazione graduale di energia aumenta a tenacità di inizia è sostiene una ricerca genuina di gioia costante. A scoperta di un stato di gioia permanente è possibile con u riconoscimento che tutte le persone sono manifestazioni di u stesso potere infinito. Stu potere (energia) esiste, in una moltitudine di maniere e gradi differenti, in ogni persona, cum'è ogni persona. Un tale riconoscimento porta a u rispetto di a diversità con una visione di a coscienza energetica unitiva.

Cum'è ogni persona ha impronte digitali è individualità uniche, l'energia di u core si esprime con una grande diversità. Per riconoscere l'unicità sottostante di l'energia core porta a vivere una vita liberata e energica con rispetto di a diversità.

-- Ricky Singh

FIGURA 1: 12 DIMENSIONI E VITAMINA M - DIAGRAMMA ENERGIA CORE



Avete energia core. Sò l'energia core. Questa energia esiste cum'è u centru di u vostru esse induve tutte l'energie si combina. A figura di 12 lati sopra rappresenta 12 dimensioni di a so vita chì ghjunghjeranu à una funzione integrata quandu l'energie esistenti in a cunniscenza, u desideriu è l'azzione si combinanu. Queste energie sò aspetti di l'energia di u core prima chì ponu trasfurmà è apre e porte in un successu straordinariu. E 12 dimensioni di a so vita sò:

DIMENSIONE # 1: SALUTE & FITNESS GLOBAL BASATA IN STAGE DI VITA

DIMENSIONE # 2: Sviluppo di Forza MENTALE & MIGLIORA

DIMENSIONE # 3: EQUILIBRIO EMOZIONALE & INTEGRAZIONE

DIMENSIONE # 4: EQUILIBRIO SOCIALE & Sviluppo di a relazione

DIMENSIONE # 5: PERSONALITÀ E SVILUPPU DI CARATTERE

DIMENSIONE # 6: ARMONIA FAMIGLIA E FIORITURA D'AMORE

DIMENSIONE # 7: RELAZIONI INTIMA

DIMENSIONE # 8: A SALUTE FINANZIARIA E CRESCITA

DIMENSIONE # 9: SVILUPPO CARRIERA-OCUPAZIO

DIMENSIONE # 10: Sviluppo di qualità di vita è miglioramentu

DIMENSIONE # 11: Sviluppo di vita ricreativa è miglioramentu

DIMENSIONE # 12: Sviluppo & Miglioramentu di a Vita SPIRITUALE - RELIGIOSA

TEMA CENTRALE

U tema cintrali di stu libru hè dichjaratu quì sottu:

"A mente è u corpu umanu sò forse i fenomeni più misteriosi in esistenza è utilizzanu quantità massive di energia core / prima. Questa energia pò svegliate unu in un statu di rivitalizzazione, trasmutazione, cunservazione è equalizzazione. U megliu usu pussibile di l'energia core porta à a dissoluzione di cunflitti interni / esterni, disturbi è sbilanciamenti. Una volta chì l'energia di u core principia à flussu senza disturbu internu per via di l'equilibriu cuntinuu di tutte e 12 dimensioni di a vita, a fundazione per l'eccellenza persunale hè sviluppata. Cù una fundazione cusì solida, e porte psicologiche si apre in pussibilità illimitate chì portanu à una vita dinamica, energica è vibrante. - Ricky Singh

Semu per imbarcà in un viaghju straordinariu per svelà a gloria di l'energia persunale, u putere di i soldi cum'è Vitamina M, è scopre insemi cumu campà una vita energica. Un statu di eccellenza persunale hè una pussibilità reale per ogni esse umanu una volta chì un fundamentu di u veru equilibriu in tutte e 12 dimensioni (Figura 1) di a vita si solidifica. U soffrenu umanu esiste in innumerevoli modi chì ponu esse alleviati, in gran parte, se l'umanità capisce u putere di a Vitamina M è u so megliu utilizzazione in a so vita. U megliu usu di soldi cum'è vitamina pò purtà à l'eliminazione di parecchi prublemi umani. U nostru viaghju principia per spiegà u tema cintrali di stu libru (cum'è mostratu sopra) per chjarificà a natura di l'eccellenza persunale è esaminà a pussibilità è a putenziale di evoluzione in un statu di gioia cuntinuu, ininterrotta.

U nostru mondu internu hè un cumpostu di pinsamenti, emozioni, ricordi, desideri, è energia core chì funzionanu insemi, esprimendu un

cumpurtamentu esternu. Ci hè una struttura energetica immensa, rispunsevuli di u funziunamentu tutale di u corpu è a mente. Questa struttura energetica emana da a so fonte d'energia (energia core) chì pò esse originaria da una dimensione spirituale. Sia o micca crede in una dimensione spirituale (vale à dì, Diu, spirititu, ànima, etc.) nimu pò nigà l'esistenza di l'energia core chì esiste cum'è un fundamentu cumunu per tutta l'umanità. A mente umana, ancu un fenomenu cumunu, hè assai sottile è subjectivamente misteriosa. Probing in a natura di a mente hè stata una attività prolungata di parecchie discipline accademiche (da un puntu di vista di ricerca) è a stessa prova pò accade individualmente (subjectivamente) chì porta à a realizzazione di l'intricatu è a prufundità di a mente. A natura misteriosa di a mente hè dovuta à a so sutilezza. A natura sottile di a mente è i so prucessi interni hè cunnisciuta nantu à a riflessione persunale. Per esempiu, a parolla "pensu" si riferisce à una attività / prucessu chì funziona in a realtà interna. Questa attività interna implica parecchi prucessi neurologichi è neurochimici chì facilitanu l'esistenza è a funziunalità di a mente.

DETECTING ENERGIA

Quandu unu principia à percive u so pensamentu, ci hè una rilevazione diretta di l'esistenza di l'energia induve i prucessi di pensamentu esistenu in un statu di interconnessione cù emozioni, ricordi è desideri. Tali interconnessioni genera stati psicologici diversi è variegati. Ci sò parecchi fatturi causativi di u pensamentu chì movenu l'energia attraversu u sistema mentale. Dunque, u cuncettu di l'omeostasi (vale à dì, equilibriu) hè abbastanza fundamentale per u funziunamentu sanu di a mente è di u corpu. U corpu umanu hà undici sistemi fisiologici chì devenu esse sincroni cù l'altri per mantene una bona salute generale. In listessu modu, a mente (vale à dì, pinsamenti, emozioni, ricordi, desideri, è energia) deve esse in a megliu sincronia cù tutti i sistemi fisiologici per creà u più altu livellu di benessere.

Ci hè una sola energia ch'è scorri in a mente / corpu mentre scorri in 12 dimensioni (Figura 1) in a vita di ogni persona. Questa energia ùn hè generalmente micca in sincronia cumpleta per via di cunflitti esistenti trà a funzione di u corpu è a mente. S'è unu esaminà solu un ghjornu di a so vita, ci hè di solitu un cambiamentu considerableu è una torsione di l'energia persunale, creendu squilibri in una varietà di modi. I cunflitti trà a funzione fisica di u corpu è a funzione mentale causanu squilibri biochimici sperimentati cum'è agitazioni / disturbi. A parolla "agitazione" si riferisce à u fattu ch'è qualcosa o una sustanza sottile hè agitata. A scupertà di a struttura interna di a so mente, energeticamente, permette di vene nantu à questa esistenza sottile ma assai reale di fenomenu mentale intricatu. A mente, dunque, hè una sustanza ch'è ùn hè micca fisica in natura, hè estremamente sottile, è tene un immensu putere. Disturbi di varii tipi in a vita sò generati internamente è / o esternamente per via di u putere internu ch'è scorri in una manera sbilanciata. Per esempiu, quandu unu ricurdeghja una memoria disturbante, u disturbu hè sperimentatu basatu annantu à a natura qualitativa percepita di a memoria. Se l'attenzione hè tenuta à mantene a so energia interna equilibrata, si pò risolve è forse ancu dissolve tali disturbi. A funzione energetica interna pò esse rinforzata quandu tutti i disturbi persunali, cunflitti, agitazioni, etc. I stati di disturbu internu sò indicativi di l'implicazione di a memoria in l'almacenamiento d'eventi (esperienze) cunnessi cù disturbi. L'utilizzazione di a memoria pò rinforzà i disturbi o riduce i disturbi da l'internu. Per esaminà questu più, assumemu ch'è a mente hè un tipu di sustanza sottile cunnessa à u cervellu / corpu fisicu, ch'è animatu da l'energia core. Disturbi in a mente (che variegghja da estremamente ligeru à severu) hè indicativu di un statu potenziale di non-disturbi in questa sustanza sottile. Se a mente pò esse disturbata, questu stessu hè indicativu di una forte pussibilità di a mente ghjunghje à un statu di stabilità, armonia è integrazione. In un tali statu, u silenziu naturali è energeticu risultatu, creendu un flussu di energia interna ch'è furnisce stabilità è crescita di e 12

dimensioni di a vita. A mente hà a capacità innata di prудuce una grande quantità di equilibriu in u corpu fisicu per via di l'intelligenza innata chì si risveglia di solitu in un statu dormitu. À u principiu di u nostru viaghju, l'autore incuragisce i lettori à stà aperti à a pussibilità chì un tali statu di armonia interconnessa è stabilità energetica hè pussibile. L'autore sustene chì un tali statu di vita è di esse hè definitivamente pussibile cù cunnessioni interlocking adatte di tutte l'energii internu.

AVANZAMENTO IN INTRU DI L'UMANITÀ

L'avanzamentu internu di l'umanità si trova quandu l'energie sò utilizzate cun un focus constructivu, piuttosto cà distruttivu. A distinzione trà un focus constructivu è distruttivu hè chjarificata in a mente quandu l'attenzione hè posta nantu à a progressione interna attuale, avè ramificazioni nantu à sviluppi benefiziè in u mondu esternu. L'umanità hà prugressu scientificu è tecnologicu. Tuttavia, ci sò sempre assai aspetti primitivi è tribali in a civiltà umana chì causanu danni à l'umanità. Stu dannu hè dovutu à cunflitti / cuntradizioni interni chì si manifestanu cum'è cunflitti / cuntradizioni esterni. Quandu i cunflitti / cuntradizioni esterni aumentanu, ci hè un dannu currispundente à a stabilità interna. U prugressu internu (internu / persunale) hè pussibile quandu tutte e 12 dimensioni (aspetti) di a so vita venenu in una armonia energetica. A progressione interna hè assai limitata in a sucità umana attuale paragonata à a progressione esterna. L'instinti umani, in u cuntestu di a progressione generale, anu un significatu cusì chì l'integrazione curretta di i desideri istintivi porta à sfruttà l'energia di u core, purtendu à a dissoluzione di cunflitti / cuntradizioni / disturbi, tutti chì portanu à un incrementu considerableu di a salute generale è u benessere. E distorsioni di u flussu di energia in a mente degradanu a salute è a produtivade. A dissoluzione di i prublemi di flussu di energia à a radica hè pussibile quandu a vitamina M è l'energii cunnessi sò cunservati per rinfurzà a so vita piuttosto

cà solu pruvà à cuntrullà superficialmente i prublemi di flussu di energia. A realizzazione chì a mente umana usa una quantità tremenda di energia furnisce un quadru fundamentu in u prucessu di svegliu di u putere per un sviluppu ulteriore.

Stu libru hè intesu cum'è un viaghju di cullaburazione per esaminà diverse idee nantu à u putere di i soldi è u sviluppu persunale è hè a speranza sincera di u scrittore chì i lettori tenenu in mente chì tutte l'idee presentate sò per a riflessione persunale, più esplorazione, più dialogu / sondendu, è per vivificà tutte e 12 dimensioni di a so vita. L'autore sustene chì u mero accordu o disaccordu o variazioni di questu pò esse un pocu superficiale. L'autore dumanda cusì à i lettori per vede per elli stessi s'ellu ci hè una verità presente in esaminà l'assortimentu di idee in quantu à l'energia core è u cuncettu di Vitamina M. A percezione diretta di a verità hè assai più grande è hà un putere assai più grande chì una accettazione indiretta o micca accettazione di idee. L'autore dumanda à i lettori di passà in modu cumpletu è lentamente à traversu u libru, per chì e verità persunali si sveglianu è si sviluppanu naturali. Stu sviluppu richiede tempu, riflessione è applicazione. I lampi di insight ponu benedire i lettori in ogni puntu di u libru se l'attitudini contemplative / riflessive sò aduttate.

U ritmu di a trasformazioni persunale

L'autore ricunnosce ancu chì u cambiamentu hè l'unica costante in a vita. U filòsufu grecu Heraclitus hà dichjaratu: "Nisun omu ùn passa mai in u stessu fiumu duie volte, perchè ùn hè micca u stessu fiume è ùn hè micca u stessu omu. Ùn ci hè nunda di permanente eccettu u cambiamentu ". Stu fattu hè da esse ricunnosciutu per chì e verità persunali ponu svegliate per inizià un viaghju di auto-sviluppu è reintegrazione. E circustanze di a vita cambianu, a situazione cambia, è i stati di mente cambianu. A trasformazioni persunale si faci à u so ritmu. Certi cambiamenti si verificanu inesperu, è altri sò previsti.

A risposta di unu à elli pò esse attraversu una mente energetica integrata o cunfusione. Per esempiu, u fattu ch'è u corpu in ultimamente invecchje per via di l'anziane di i geni è altri fattori pò esse affruntatu cù cumpusizioni, tenacità, accettazione è energia core equilibrata. Semu tutti cunnisciuti di a nostra mortalità in un certu puntu o un altru. Cusì, l'autore prumove l'idea ch'è a vitalità di unu pò esse aumentata significativamente in ogni statu / tappa di a vita quandu l'energia di u core diventa attiva è usata benefica. Cù questu in mente, pudemu ricunnosce ch'è i cunflitti sò u risultatu di cambiamenti in l'ambienti esterni è interni. I cunflitti, da u puntu di vista di l'autore, sò u risultatu di a frammentazione di l'energia core ch'è si manifesta in una miriade di manere, cumprese l'instabilità finanziaria. Per piacè tenete in mente ch'è ogni dichjarazione fatta in stu libru ùn hè micca fatta in un sensu autoritariu, hè fatta per l'esplorazione mutuale di a natura di l'eccellenza in u cuntestu di u sviluppu finanziariu energeticu. Per realizà una tale esplorazione mutuale, una cunniscenza fundamentele in quantu à a natura di l'energia di u core, 12 dimensioni, è a Vitamina M hè necessariu per u nostru viaghju esplorativu per ghjunghje à fruttu. Dunque, a custruzione di una basa forte si trova sistematicamente mentre cuminciamu à esaminà a natura gloriosa è opulenta di u nostru putere internu. L'attivazione attuale di u putere persunale pò esse facilitatu megliu quandu simu in un statu di dialogu esplorativu induve l'idee sò sparte senza preghjudiziu è cù una mente aperta. L'autore sustene ch'è stu libru servirà cum'è fundazione per i dialoghi esploratori ch'è ponu esse realizzati in diversi ambienti in u futuru.

L'enfasi di stu libru hè di cunsiderà assai praticamente è applicativamente a gloria di l'energia core esistente in sè stessu. Per inizià u prucessu di trasfurmazioni, a ricunniscenza di l'energia persa hè fundamentele è fundamintali. Questa ricunniscenza permette di cambià circustanze internamente è esternu ch'è causanu danni à l'energia. I prucessi attuali di bona utilizzazione, rivitalizzazione, cunservazione, equalizzazione è trasmutazione sò

descritti in tuttu stu libru in parechje manere. Cum'è una caterpillar si trasforma in una farfalla, hè u desideriu sinceru di l'autore chì i lettori s'impegnanu in un viaghju di trasformazioni persunale, purtendu à una tremenda libertà, espansione di energia è crescita di vitamina M.

COSA È A VITAMINA M?

A civilisazione umana hà una variazione considerableu in quantu à e capacità persunali, e caratteristiche innate, u status familiare è suciale-economicu, etc. Tuttavia, a ricunniscenza, l'accettazione è l'usu attentu di l'energia cruda è potente pò purtà à l'elevazione di l'umanità, da l'internu. L'attivazione, l'espansione è l'utilizzazione megliu pussibile di l'energia interna genera Vitamina M. Chì hè esattamente ciò chì significa Vitamina M? A "M" significa soldi in a so forma cruda è potente. A parolla "vitamina" rapprisenta a funzione energizante di soldi per u sviluppu persunale è finanziariu. A putenza di vitamina M hè generata è almacenata internamente è psicologicamente per l'attivazione di l'energia di u core guadagnendu soldi, risparmià soldi è crescita persunale. Questa energia attivata resta internamente è dinamicamente intacta cum'è cresce più quandu i soldi sò salvati è utilizzati in u megliu modu pussibile per animà tutte e 12 dimensioni di a vita simultaneamente. Questa crescita dinamica è l'almacenamiento internu di l'energia, per via di l'accumulazione è u megliu usu di soldi, hè a Vitamina M. L'umanità si batte, soffre è provoca una sofferenza infinita per sè stessu per via di a distruzione di Vitamina M in tutti i livelli di a civilisazione umana. Espansioni di l'energia interna generazione parallela di Vitamina M (esternu è psicologicu), chì porta à a progressione in parechje dimensioni di a vita. Per capisce chjaramente u cuncettu di vitamina M, esaminà a parolla "vitamina" hè essenziale per acquistà a prospettiva ghjusta. A definizione di dizziunariu di a parolla "vitamina" hè a siguenti:

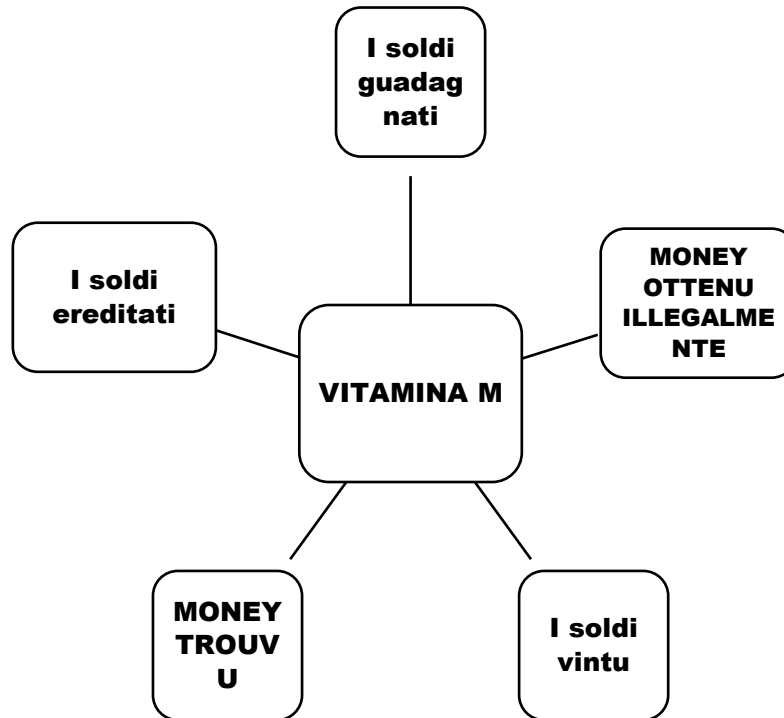
"Qualcuna di un gruppo di sostanze organiche essenziali in piccolle quantità per il metabolismo normale che si trovano in quantità minuscole in l'alimenti naturali o qualche volta prodotte sinteticamente: carenze di vitamine producono disordini specifici".

A parola "vitamina" in generale si riferisce a una piccola quantità di un minerale o una altra sostanza che ha la capacità di facilitare le diverse reazioni biochimiche in un corpo. (Vede a Figura 13 - in l'Appendice) Queste reazioni fisiologiche rispondono alla vita e la presenza di vitamine può rinforzare la salute e il benessere generale. Vitamine sono generalmente usate in piccole quantità per via di alta potenza. Vitamine non sono mica alimenti di base e non sono mica consumati in grande quantità. Come è una pillola di vitamina ha alta potenzialità in l'assistenza alle reazioni fisiologiche in un corpo (in generale) è in un cervello (in particolare), la vitamina M ha la proprietà di soldi in la vita. Allora, perché i soldi sono Vitamina M e come diventa Vitamina M? Un soldo ha il potere crudo, l'energia cruda, che è stata guadagnata o guadagnata in un modo o un altro. Quando uno ha in possesso di una fattura di \$ 100, per esempio, ci ha un senso che il \$ 100 ha "mia". "Ci ha un senso che "questo ha un mo \$ 100". Tene / possiede \$ 100 ha un potenziale potenziale crudo, esistente psicologicamente. Ddu potenziale potenziale ha in la mente stessa. L'utilizzazione di \$ 10 da i \$ 100 per comprare un prodotto o una certa esperienza ha potenzialmente oculata in i \$ 100. Ci ha un potenziale in \$ 100, che fornisce una larga gamma di esperienze diverse nascoste in \$ 100. Ci sono diverse esperienze possibili che possono essere ottenute da i \$ 100 basati nantu a la configurazione mentale, la mentalità, i desideri, i sentimenti e altre idee generali in la mente. Certamente, è sperimentalmente, parecchi fattori sono presenti in quanto a l'utilizzazione di qualsiasi quantità di soldi. Un soldo utilizzato come è vitamina (vale a dire, in quantità che fornisce l'attivazione energetica massima), l'energia un corpo fisico, la mente, è ogni dimensione di la vita. Un miglior uso di \$ 100 aumenta ogni dimensione di la vita utilizzando \$

100 cum'è vitamina. L'individui ch'è agiscenu impulsivly o irrationally, basatu annantu à certi desideri, ponu spende \$ 100 rapidamente per qualcosa desideratu è ponu sente un sensu di dispiace pocu dopu. Stu sensu internu di dispiacere hè persunale è direttamente cunnessu cù l'energia di u core ch'è degradata. L'energia di u core hè l'essenza di sè stessu è questu hè disturbatu quandu si capisce ch'è i soldi sò stati spesi in modu sbagliatu o ch'è puderia esse passatu in una manera assai megliu. Quandu si capisce ch'è i soldi sò stati spesi in modu inappropriatu, o per cumprà articuli ch'è ùn eranu micca veramente necessari, o solu per acquistà una certa esperienza stimulativa ch'è abbastanza curta, si principia à passà in un prucessu cugnitivu / emotivu risultatu in disgrazia di spende u soldi inappropriatamente. Per quessa, u cuncettu di vitamina M hè assai putente in quantu à a necessità di ricunnosce è aduprà u putere di i soldi più benefiziu. L'usu di soldi inappropriatamente dannu una volta u putere core, creendu un effettu reverberating in 12 dimensioni di a vita, purtendu à stagnazione è / o regressione.

A Figura 2 quì sottu illustra idee ch'è cunnesse in quantu à u cuncettu di Vitamina M.

FIGURA 2 **MEZZI DI OTTENERE DENARI**



A figura 2 (sopra) illustra la distinzione e la differenza tra le diverse maniere di ottenere soldi:

Soldi guadagnati: soldi ottenuti via il lavoro in cui l'energia personale è utilizzata. Ci è un accumulo positivo di vitamina M in mente.

Soldi ottenuti illegalmente: soldi ottenuti per furto o altre attività illecite

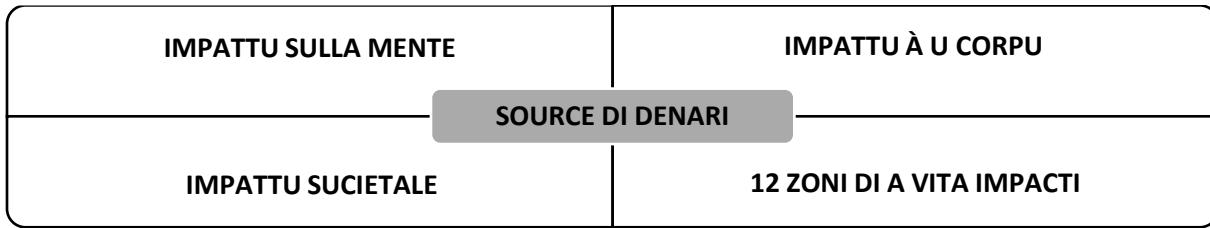
Soldi vinti : soldi vinti a un gioco

Soldi trovati : soldi che sono stati trovati, ma non ottenuti in altri modi

Soldi ereditati : soldi ottenuti da l'eredi

Queste distinzioni influenzano un individuo in parecchie maniere, come è mostrato qui sotto:

FIGURA 3: IMPATTU DI MONEY



Fonte di soldi: si riferisce à i soldi chì sò stati ottenuti (Figura 2)

Impattu nantu à a Mente: Si riferisce à diverse tappe emotive è cognitive

Impattu nantu à u corpu: si riferisce à i cambiamenti fisiologici

Impattu suciali: Si riferisce à benefiziu o dannu à a sucità in generale

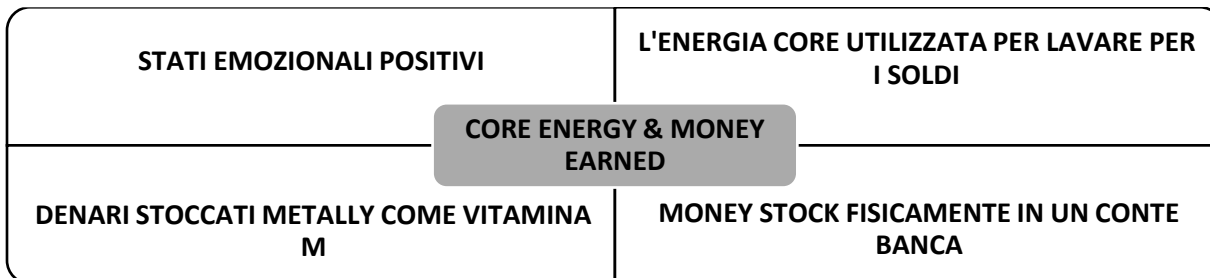
Impattu nantu à 12 spazii di a vita di unu: Si riferisce à u putere di soldi in relazione à 12 spazii (Figura 1)

A cunessione trà l'energia core è i soldi guadagnati hè mostrata quì sottu:

A FONTE DI SOLDI HÀ UN IMPATTU STRAORDINARIU NANTU À A MANERA CHÌ A VITAMINA M HÈ ALMACENATA IN A MENTE. U ALMACENAMENTU BENEFICU PORTA À U RINFURZÀ DI L'ENERGIA CORE. U ALMACENAMENTU DANNUSU ÒN HÈ MICCA VITAMINA M. PUDETE VEDE A DIFERENZA?

- RICKY SINGH

FIGURA 4: CORE ENERGY & MONEY EARNED



Cù stu sfondate, pudemu avà esaminà u putere di \$ 100 in più profundità. Se un individuu, per esempiu, guadagna \$ 100 da u tagliu di prato, una certa quantità di energia hè posta in quella attività per guadagnà \$ 100. Quando u

soldi hè guadagnatu, ci hè una bona sensazione (psicologicamente) di guadagnà \$ 100 in uppusizione à arrubbari soldi o ereditate soldi. Questi certamenti puderanu esse stati eccitanti per un certu periodu di tempu, ma a differenza cù i soldi guadagnati hè psicologicamente significativu. In u casu di u ghjocu, quella sperienza hà unicità datu u so cuntestu di euforia, scappa, vince è perde soldi. U \$ 100 hà a listessa putenziale indipendentemente da cumu hè stata ottenuta, ma i prucessi psicologici è fisiologici sò affettati in modi assai diffirenti per via di cumu si sò stati ottenuti i soldi. A manera chì i soldi vene à un individuu hà implicazioni energetichi. In u casu di travaglià per \$ 100, ci hè una certa quantità di energia posta in l'attu di travaglià. Questa energia hè una putenza attivata internamente utilizzata per guadagnà soldi. Un pò discernisce facilmente l'impattu mentale di riceve \$ 90 solu è micca ottene u \$ 100 sanu chì hè statu accunsentutu. Dunque, guadagnà soldi pò prduce emozioni pusitivi, assumendu chì a quantità curretta di soldi hè datu à a persona chì guadagna. Un pò facilmente vede i cambiamenti emutivu chì succedenu ghjustu da u puntu quandu una persona ottene un travagliu (vale à dì, tagliu di erba) à a fine di u travagliu quattru settimane dopu. Se \$ 100 deve esse acquistatu à a fine di 4 settimane, ci hè energia in emozioni, azzioni è cugnizione in quantu à fà u travagliu. Un capiscenu di cumu fà u travagliu deve esse presente prima di qualsiasi attività per fà u travagliu principia. Allora, l'attività (travagliu) deve esse fattu à a satisfaczione di u patronu. Solu allora unu ottene i \$ 100 sanu. Appena unu hè in pussessu di \$ 100, a mente hà un sensu di "questu hè bellu ... questu si senti bè ..." Dunque, ci hè un prucessu energeticu ghjustu à quellu puntu. Avemu da esse chjaru nantu à a natura di stu prucessu energeticu. Hè un prucessu neuro-psicologhjche chì diventa attivu per l'esistenza di un sensu mentale (psicologu) chì u \$ 100 hè MINE. Stu sintimu di u \$ 100 essendu "miu" nasce à causa di unu esse in pussessu di \$ 100, chì hè putenza cruda. U putere / energia chì hè stata spesa in veramente u travagliu di tagliu di erba per 4 settimane era fisica, intellettuale è procedurale. U soldi guadagnatu hè un scambiu di energia in a

forma di una nota denominazionale di \$ 100. Dunque, qualunque energia è sforzo sò stati posti per guadagnà i \$ 100, l'energia hè tornata à un individu u chì hà fattu tali sforzu, in u cuntestu di u valore di u mercatu è di l'accordi fatti cù u patronu. I stati di sentimenti sò relativamente boni in questu, risultatu di solitu in pinsamenti supplementari nantu à cumu \$ 100 deve esse spesi. Puderanu ancu esse pinsamenti supplementari in quantu à a tarifa accunsentita, u desideriu di più travagliu, l'impetu per amparà novi cumpetenze, furnisce servizii supplementari, etc. Parechje idee supplementari si sviluppanu mentalmente dopu chì \$ 100 sò stati guadagnati per via di l'aumentu di u putere chì accompagna. l'almacenamentu di \$ 100 in u so contu bancariu o in casa. Stu almacenamentu esternu prumove è facilita l'almacenamentu internu (psicologu) di Vitamina M.

In cunseguenza, in una mentalità orientata à u prucessu (vale à dì, una mentalità chì mantene l'attenzione in a realizzazione di una attività per a so bellezza è l'eccellenza), un individu u chì faci una attività per guadagnà \$ 100 hè cumpletamente assorbita in l'attività per fà bè, curretamente, è meravigliosamente pussibile. In una mentalità cusì maravigliosa, l'obiettivu di guadagnà \$ 100 hè certamente tenutu in mente mentre ùn cambia deliberatamente l'energia in un focus eccessivo nantu à u scopu, in tale manera chì l'azzioni chì facenu versu u rializzazione di un scopu sò realizzati in modu adattatu è micca cun mediocrità. . Dunque, in una mentalità orientata à u prucessu, una azione realizzata per a so bellezza è l'eccellenza porta à una megliu cunniscenza persunale di cunflitti interni è sbilanciamenti chì interrompe u perdu è l'abuso di u putere finanziariu. Unu principia à ricunnosce chì i disturbi internu ponu esse ridutta significativamente cù l'usu propiu di u putere finanziariu, purtendu à a furmazione naturali di equilibriu interconnessu.

A GLORIA DI ENERGIA CORE

L'energia di u core (Figura 1) hè u putere di a radica, a forza di vita chì esiste in una forma cruda in u so propiu esse è hè rispunsevule per tutte l'attività in a vita. Questa energia esiste cum'è si manifesta cum'è tutte e reazzione biochimica in u corpu è tutti i prucessi mentali chì facilitanu tutte l'attività in u ciculu di 24 ore di ogni persona. Senza l'energia attiva, ùn ci hè micca pussibilità di vita. Dunque, l'energia core hè a forza di vita chì hè rispunsevule per tutte e sperienze di a vita. L'energia hè gloriosa postu chì furnisce modi supplementari per andà versu sperienze più grandi in a vita.

ENERGIA IN A MENTE

L'energia mentale (energia in a mente - Figura 1) hè una forza dinamica rispunsevule per l'esistenza di tutti i prucessi mentali. A manifestazione di l'energia core cum'è una forza dinamica in a mente include istinti, impulsi, prucessi di ricerca di gratificazione basati nantu à u principiu di piacè, a creatività, u sviluppu di a personalità, è in un sensu più largu, a creazione di a cultura umana. L'energia mentale include u putere intellettuale, u putere contemplativu è riflettente, l'abilità / capacità per u ragiunamentu astrattu è obiettivu, è u putere emutivu. Questu include ancu a capacità di acquistà, sviluppà è interconnect idee è cuncetti utilizendu l'energia core. L'energia in a mente hè estremamente preziosa è esiste in modi sottili ma abbastanza reali. Ricunniscenza di u putere di a natura sottili di l'energia mentale permette di trattà cun grande rispettu è reverenza. Ùn fà cusì hà cunsequenzi significativi nantu à a vitamina M.

ENERGIA IN DESIRE

Tutti sperienzemu u desideriu, cù a so espressione multiplicità, utilizendu energia core. U desideriu pò esse cuncepitu in a seguente manera:

U desideriu hè l'emozione di brama o sperenza per una persona, un oggettu o un risultatu. U listessu sensu hè spressu da parolle cum'è "craving". Quando una persona desidera

qualcosa o qualcunu, u so sensu di brama hè entusiasmu da u piacè o u pensamentu di l'articulu o di a persona, è volenu piglià azzione per ottene u so scopu. L'aspettu motivazionale di u desideriu hè statu longu nutatu da i filòsufi (per esempiu, affirmannu chì u desideriu umanu hè a motivazione fundamentale di tutte l'azzione umana) è ancu da i scintisti.

L'energia in u desideriu hè u core / l'energia radicali chì crea l'esperienza di u desideriu. Molta energia hè aduprata da u desideriu è l'azzioni sussegwenti pigliate per cumpiendu i desiderii.

ENERGY IN ACTION

Azioni pigliate per cumpiendu i desiderii / i bisogni / i bisogni / ecc., utilizanu l'energia core in modi variegati. Ogni azione (mentale / fisica) influenza u cumplissu mente-corpu è genera diversi desiderii basati nantu à livelli di satisfazione. L'energia in azione si riferisce à l'energia chì si move dinamicamente versu diversi scopi in tutte e 12 dimensioni di a vita in a ricerca di equilibriu, gioia, felicità, riduzione di soffrenu / dolore, etc.

12 DIMENSIONI - CORE ENERGY - VITAMINA M

Ancu s'ellu ci sò parechje vicissitudes (alti è bassi) è fluttuazioni (alti è bassi) in parechji aspetti di a vita, u putere di l'energia interconnessa anima è integra tutte e 12 dimensioni (vede a figura 1) di a vita. (Vede i Figure 14 à 25 in l'Appendice per e cunnessione dettagliate trà 12 dimensioni, energia di core è Vitamina M.)

U cuncettu di Vitamina M pò esse più clarificatu (in u cuntestu di e dimensioni 12) cum'è avemu principiatu à capisce chì guadagnà soldi in una mentalità orientata à u prucessu pò esse senza resistenza interna in cunghisazione cù u rinfurzà di u putere radicali. Per capisce megliu l'espansione è a rigenerazione di Vitamina M, a differenza trà stagnazione è progressione deve esse lucida. Hè solu à traversu una tale lucidità chì u veru prugressu in ogni aspectu di a vita diventa pussibile, induve l'energia

persunale hè pusata in mente è deliberatamente in direzione chì porta à u prugressu internu / esternu. Indubbiamente, ogni persona hà alti è bassi in a vita è ci sò i tempi quandu i varii scopi ùn anu micca bisognu à esse realizatu per parechje ragioni diverse. A mancanza di successu pò esse causata da ùn esse micca in u quadru ghjustu di mente mentre eseguite l'azzioni versu a realizzazione di qualsiasi scopu. Tuttavia, ùn significa micca chì si rinuncia solu è diventa scoraggiatu, diventa emotivamente dilapidatu è frustratu, è perde di vista l'energia dorme chì esiste in l'internu. L'autostima, l'imaghjini di sè stessu è l'autoestima ùn deve esse mai dannatu per e circostanze di a vita. Stu dannu hè essenzialmente u dannu à l'energia core, induve l'emozioni negativi è limitanti drenanu stu putere è potenzalmentu stagnate o ancu paralizzanu un individuu. Attaccà in ruts psicologici crea impedimenti chì aumentanu a frustrazione è a delusione, causannu un intricatu più grande è l'assorbimentu in stati limitati di funziunamentu. Tale assorbimentu provoca a degradazione di l'autostima, l'autoestima, l'immagine positiva è a visione pusitiva in a vita. Ogni volta chì ci sò scontri, ci vole à ricurdà chì ogni scontru hè solu tempurale è chì ùn deve micca creà un bloccu psicologicu chì porta à piantà di più progressione.

Ogni volta chì si mette un sforzu consistente in ogni direzione, ci sò naturalmente alcuni scontri. Questi scontri ùn significanu micca necessariamente chì unu hè di rinunzià o di essiri psicologicamente esauritu o scoraggiatu. U cambiamentu versu u sviluppu persunale hè certamente pussibile è esige energia per piglià una volta pusitiva, internamente. Un tali turnu pigghia unu fora di diversi ruts psicologici, purtendu à un prugressu ulteriore cù qualità cum'è a pacienza, induve u sforzu ghjustu coerente facilita a progressione fora di i solchi interni (mentali). Una tale progressione face chì l'energia in a mente si sviluppa ulteriormente, purtendu versu a più grande accumulazione di vitamina M.

MOVE OLTRE A ZONA DI CONFORT

A crescita attuale di a vitamina M hè incumbente nantu à a ricunniscenza di a zona di cunfortu è a decisione di alluntanassi da quella zona per u sviluppu ulteriore. A ricunniscenza di a zona di cunfortu (in ogni aspectu di a so vita è soprattuttu, l'aspectu finanziariu) principia diverse pussibilità di progressione è passa à u prossimu livellu. Se unu ferma in una zona di cunfortu senza a ricunniscenza di a pussibilità di più prugressu, allora stagnazione inevitabilmente persiste. L'evoluzione al di là di u funziunamentu attuale pò accade à gradi più grande, spinghjendu cù cura, lentamente è gradualmente à traversu a zona di cunfortu senza generà tensione interna o resistenza. Una tale progressione si verifica quandu l'attenzione hè tenuta per impedisce chì e so energie sò strappate per via di una tale tensione è resistenza. A capacità di spinghje à traversu ogni zona di cunfortu aumenta quandu a tensione / resistenza interna hè à livelli minimi. L'incertezze è e circustanze impreviste ponu accade in u muvimentu fora di a so zona di cunfortu quandu si prova di trasfurmà in una nova direzione o di rinforzà a so direzione attuale versu a realizzazione di i sogni è i scopi. Tentativu di piglià azzioni chì sò diffirenti di i mudelli regulari ùn sò micca generalmente in a mentalità di parechje persone è per via di tali mentalità limitate, unu si stagna da vechji mudelli cundizionati, chì portanu à stagnazione mentale. Dunque, l'attivazione di l'energia core hè essenziale per piglià passi per u sviluppu finanziariu è persunale. Ci sò i tempi quandu unu deve fà un passu in daretu è cun cura (cum'è energeticamente) valutà e circustanze di a vita attuale in modu chì unu principia à campà in una progressione naturale per ghjunghje sin'à stadi più alti. L'evaluazione energetica hè un prucessu meditativu è riflettente di riunisce l'energie, cù calmu è apertura di mente, per furmulà un pianu d'azione chì aumenta l'energia persunale, chì à u turnu, pò aumentà a vitamina M. Se a mente di unu hè di prugressu continuamente versu u prossimu. livellu, tandu l'energia

mentale è fisica rimarrà intattu chî furnisce una forza abbastanza in piglià tutti i passi ghjusti. Fendu cusì, l'energia cruda (core) stessu cumencia à espansione più in più. Questa espansione principia per mantene l'attenzione à a so chiacchierata interna è dumandendu e seguenti dumande:

- 1) Chî aghju bisognu à fà per migliurà mè stessu ?
- 2) Chî significa per mè "muvimenti" finanziariamente?
- 3) Cumu possu fà u mo travagliu attuale cù più efficienza è senza pinsamenti negativi è emozioni ristretti?
- 4) Chî passi aghju bisognu à fà per aumentà u mo putere internu?
- 5) Cumu fà tutte e mo interazzione (vale à dî, cù l'amichi, a famiglia, i cumpagni di travagliu, etc.) assai più cura è rispettu?
- 6) Cumu serve à i mo clienti megliu se sò in un ambiente cummerciale?
- 7) Cumu incorpore l'attività di automigliuramentu in u mo prugramma di ogni ghjornu?
- 8) Chî aghju bisognu di fà per cambià a mo visione di soldi è percive cum'è Vitamina M?
- 9) Cumu cambià a mo mentalità versu u sviluppu persunale induve l'accumulazione di soldi seguita sta mentalità, invece di perseguite per accumulà soldi?

Ricunniscenza chî l'accumulazione di soldi per sè stessu senza un sviluppu persunale adattatu pò diventà una obsessione problematica è dannu assai spazii di a vita. L'utilizzazione di soldi cum'è a vitamina M l'utiliza cun grande rispunsabilità per i benefici persunali, familiari è suciali. Tale utilizzazione attenta attiva naturalmente l'energia cruda è a trasforma in energia positiva. A trasfurmazioni ùn hè micca solu una questione di cambiamentu superficiale di u "statu quo persunale". Hè trasfurmativu in u core per via di l'utilizzazione di soldi in u megliu modu pussibile da e persone chî anu intenzioni pusitivi senza ambiguità. Intenzioni pusitivi portanu à una realizzazione più grande di l'energia esistente cù pusitivi, induve una tale realizzazione hà una putenza trasformativa. L'espansione di a positività erupete da l'internu di l'individuu è ponu potenzialmente ghjunghje à livelli mundiali.

PROGRESSIONE & VITAMIN M UTILISATION

A progressione versu l'almacenamiento è u megliu usu di a Vitamina M pò diventà una realtà reale in a so vita mettendu benchmarks specifici per u sviluppu ulteriore. Per esempiu, u ghjornu di l'annu novu pò esse un ghjornu specificu quandu unu evalua l'annu precedente è i piani per l'annu prossimu cù benchmarks specifici. Stabbilimentu di sti punti di riferimentu richiede una riflessione persunale, una pianificazione adatta, ricunnosce l'impurtanza di ghjunghje l'uggettivi stabiliti, è una valutazione onesta di u so statutu cù u prugressu è / o regressu. U so livellu di satisfazione in a realizzazione di i scopi hè ancu evaluatu cum'è unu cunceptualizeghja u prossimu settore di scopi. Conceptualizing è pensendu à i passi da piglià in u futuru immediata versu una realizzazione assai più grande di scopi hè un aspectu di prugressu internu. Una tale progressione si verifica mentre hè in u presente è aduprendu u passatu cum'è una guida per acquistà una saviezza più grande, chì porta à cunsiderà attentamente e pussibilità di un futuru luminoso è piglià passi attivi versu quellu futuru. A progressione in u cuntestu di u mondu materiale pò esse simprimenti misurata in termini di numeri induve a quantità di soldi accumulate diventa un indicatore significativu o barometru di successu. U prugressu finanziariu pò esse facilmente verificatu è verificatu in termini di crescita di soldi, relazioni persunali, risorse, investimenti, saldi bancari, etc., induve unu sperimenta sentimenti internu di successu è successu.

L'auto-inchiesta attenta in quantu à u statu attuale di l'attivu è u livellu di progressione di a ricchezza generale, l'attivu nettu, u patrimoni netu, etc., porta à una diminuzione di u passiu, a migliione di a qualità di e relazioni, è l'apertura di novi pussibilità. Tale auto-inchiesta aghjunghje un valore tremendu per una crescita persunale ulteriore in u presente è hà una qualità didattica in quantu à u futuru. A progressione hà parechji aspetti è dimensioni, cum'è:

- 1) A continuazione di a crescita educativa crea una evoluzione di più capacità cognitive è emotive cù un flussu energeticu più grande.
- 2) Cultivazione di una cunniscenza più grande di i prossimi passi da fà mentre si avanza.
- 3) Firmà alcune attività attuali è fà / principià qualcosa di novu.
- 4) Tentativu di inizià novi prughjetti, pruvate novi sperienze, è cresce a cuscenza di u statu attuale di i pinsamenti / sentimenti interni.
- 5) Sviluppù di un statu raffinatu aumentatu induve i sentimenti ponu eventualmente trasmutà in stati di gioia.
- 6) Resetting u termometru internu, stabilisce ugettivi di ogni ghjornu, è piglià picculi passi coerenti ...
- 7) A cunsistenza hè assolutamente essenziale per a progressione, senza entre in stati emotivi negativi prolungati di regressione è rinunzià.
- 8) A progressione pò esse un cambiamentu costante induve unu ùn si move micca in una sola direzione, ma deliberatamente è intentamente sforzu in l'esplorazione è l'implementazione di diverse attività. Questu implica di piantà certe ricerche è di pruvà qualcosa di completamente diversu chì ùn hà micca fattu prima. Stu tipu di shifting deve esse fattu cù cura, attente è prudente per ùn fà micca danni à sè stessu. A novità di tali shifting crea a pussibilità di sperienze stati più grande di piacè cù una migliione interna simultanea.
- 9) A cumunicazione meyorata cù a so famiglia si trova quandu si principia à emette a qualità energetica positiva di u sviluppu internu.
- 10) A rilazioni megliu cù i culleghi, i supervisor, l'amichi è a sucità, in generale, si trovanu cum'è l'interazione diventanu più rispettu per a ricunniscenza di e boni qualità è i punti di forza di l'altri. L'attenzione hè guardata nantu à l'energia daretu à i punti di forza di l'altri è questu prumove una megliu qualità di l'interazione cù tutti quelli chì venenu in u so campu di interazione.

11) In un statu di prugressu, a qualità di l'interazzione cù u mondu esternu, in generale, migliurà induve si cuntinueghja o perseguite e so passioni, i sogni è i scopi. In una mentalità cusì prugressiva, l'azzioni novi accade in tale manera induve unu hè assai cunfidendu è chjaru nantu à a so identità energetica in relazione à u mondu.

A progressione hè stata centrale in a vita di l'autore cum'è un principiu sottumessu intornu à quale i grandi scopi sò stati realizzati, cum'è ghjunghje à a cima di u Monte Everest, chì necessitanu parecchi anni di furmazione è impegnu. A piazzamentu è l'attivazione di l'energia core (primale) eranu essenziali in u rializzazione di stu scopu. Un tali successu principia cù una cuncettualizzazione clara di u valore inherente à a progressione chì porta à grandi stati di punta. Vulendu tali stati di punta è ottene scopi elevati richiede invariabilmente a visualizzazione megliu pussibile di u scopu finale. U significatu internu di un scopu elevatu cum'è a gloria di u prugressu deve esse internalizatu in ogni aspettu di a vita chì permette u fioritura di l'esperienze. Queste sperienze induce è sustene a fioritura è l'espansione di pinsamenti è emozioni di bona qualità. L'autore valorizza l'autenticità è spressione l'idee presentate per trasmette verità chì sò state scuperte direttamente in l'esperienza straordinaria cunnisciuta cum'è vita. Senza genuinità, a trasmissione adatta di queste verità è idee straordinarie ùn pò micca elevà l'umanità da un statu di stagnazione à un risvegliu di progressione. L'autore incuragisce i lettori à scopre a so genuinità, è fendu cusì, accende internamente, parecchi prucessi chì accumulinaranu una vera progressione chì ferma i ciculi ripetitivi chì causanu stagnazione. A distinzione trà stagnazione è progressione deve esse chjara in a mente prima chì un veru prugressu pò accade. Sta distinzione hè capitu ancu quandu unu ricunnosce l'intrappolu in i ciculi ripetitivi induve ùn si avanza più. A stagnazione, da a prospettiva di l'autore, hè semplicemente chjappà in u stessu locu. Una altra manera di pensà à stagnazione hè a ripetizione di e stesse attività induve a progressione ùn hè micca accadutu, è hè cum'è s'ellu si ripete e stesse attività è aspittendu risultati

diffirenti. Stagnazione hè induve unu ùn hè micca capaci di esce da a scatula, psicologicu è / o altrimenti, cusì chì unu hè internu è esternu stuck. Quandu si cunsiderà l'abilità cognitive è e forze, a stagnazione si trova per via di mudelli restrittivi chì parevanu persiste in u tempu. Questi mudelli sò inculcati per via di a so educazione è di u cundizioni, induve a capacità di percive a natura di i so mudelli resta diminuita per via di a forza di tali mudelli ripetitivi. Curagiu hè necessariu per ricunnosce mudelli ripetitivi, è da quellu curagiu, pruvate diversi tipi di cambiamenti chì ponu scopre mudelli particolarmente dannosi o mudelli stagnati. Ci hè senza dubbitu parechje facce di curagiu. U curagiu di sperienze diverse tippi d'attività, avvenimenti, situazioni, etc., tutti necessitanu energia per esse attivatu. L'energia in u curaghju hè induve l'emozione di u curagiu è u putere intellettuale daretu à ellu si move in una direzione versu i so scopi, cusì chì l'energia resta intacta è micca frammentata. Dunque, ùn ci hè micca una diversione di energia chì scorri versu u scopu in modu coerente.

LIBERTÀ ESTERNA / INTERNA E VITAMINA M

A rigenerazione di l'energia core porta à a libertà esterna è interna in tutti l'aspetti di a vita induve a vitamina M aumenta in forma di forza finanziaria più grande è a so correlazione cù u sviluppu energeticu di a forza mentale.

In quantu à ottene una prospettiva megliu in quantu à i soldi in generale, per piacè nutate i seguenti:

- 1) U soldi hà subitu una varietà di cambiamenti in parechje forme diffirenti in l'ultimi 2000 anni.
- 2) U soldi hè una rappresintazioni simbolica di l'energia prima chì hè prodotta da l'attività umana.
- 3) In u passatu, i soldi anu pigliatu parechje forme di valore intrinsicu cum'è l'animali, u tabacco, i verdi, diversi metalli, fur, etc.

4) Oggetti ornamentali preziosi, cum'è metalli preziosi, sò stati usati per dà una rappresintazioni simbolica di valore ch'è intrinseca à questi oggetti. A standardizzazione di u valore in termini di muniti minted da metalli preziosi hà creatu un modu per questa energia prima per esse rappresintata in modi quantificabili è tangibili.

5) Cum'è a civilizzazione umana si sviluppau, a natura simbolica di i soldi hà servitu cum'è sustitutu per l'oggetti materiali, ch'è marcà una tappa significativa di u sviluppu sociologicu ulteriore. Stu tipu di standardizzazione hà creatu l'impronta psicologica di a rappresintazioni simbolica di i soldi in a mente è dunque, i prucessi emotivi è intellettuale associati à questu hè diventatu significativamente cristallizatu in u cuntestu di soldi simbolicu induve sta cristallizzazione hà servitu cum'è un mezzu di a mente per truvà una sicurezza aumentata.

6) In a storia umana, diverse istituzioni emittenti sò stati creati basati nantu à a fiducia induve a ricchezza pò esse standardizzata è u flussu di ricchezza via un scambiu di bè è prudutti hè accadutu. Duranti u 19u seculu, millaie di banche emettenu banconote ch'è riflettenu l'assi materiali esistenti. L'utilizzazione è l'almacenamiento (risparmiu) di soldi hà evolutu più per rappresintà l'intenzione futura (per avè certe sperienze) è a capacità di compra di merchenzie è prudutti. Hè statu ancu sviluppatu u cuncettu di una nota di prumessu ch'è indica una intenzione di pagà in u futuru. Questu hè diventatu un stimulu putente in u prucessu di cummerciu. I governi cuminciàru à emette obbligazioni induve l'emissione di sti ligami hè statu fundamentu per l'ascesa di i stazioni muderni.

Dopu avè esaminatu, in una certa misura, a necessità di a progressione persunale è finanziaria, hè necessariu d'ammette è di ricunnosce ch'è u mondu sanu persegue incessantemente a sicurezza finanziaria è u successu. Hè veramente stupente quandu si cunsidereghja quantu tempu è energia guidanu a ricerca è a rinfurzà di a realizzazione finanziaria. Senza dubbitu, u soldi hè unu di i più grandi putenzi in a vita ch'è ponu furnisce diverse sperienze persunale, ch'è varieghja da a mera sopravvivenza à indulgenze straordinarie. Per alluntanassi da a mera sopravvivenza è aumentà a forza finanziaria, a rigenerazione di l'energia di u core hè necessaria per a libertà interna è esterna. A libertà, in un sensu, significa micca esse ligatu da e limitazioni è a capacità di rializà i sogni è i scopi. Quandu si prova à fà a libertà interna è esterna, i valori ch'ave, e credenze è i prucessi di pensamentu devenu esse presente, cum'è:

- 1) Sveglia di un potere intellettuale per capisce a differenza trà limitazioni, servitù è libertà ...
- 2) Armonia trà a mente è u corpu induve tutti dui sò in pace ...
- 3) Esame è ricunniscenza di a relazione trà i desideri, a capacità persunale, è u regnu di pussibilità d'interazione, tutti chì portanu à l'accumulazione di vitamina M.
- 4) Accettazione di l'idea chì a generazione di vitamina M hè un fenomenu energeticu ...
- 5) Stopping the dissipation of Vitamin M due to squilibri interni / esterni è cunflitti.
- 6) Ricunniscenza chì a Vitamina M esiste cum'è energia mentale (forza psicologica) per via di risparmià quantità maiò di soldi mentre utilizendu soldi cum'è ogni vitamina hè utilizzata. Questu porta à u massimu divertimentu internu per via di l'usu di a vitamina M in u megliu modu pussibile induve i squilibri in 12 spazii di a vita sò impediti.
- 7) A mente hà assai desideri è a libertà di cumpiendu questi desideri vene da l'accumulazione di soldi. A ricunniscenza chì solu perseguite soldi senza u sviluppu persunale ùn hè micca una suluzione à i prublemi persunali è ùn pò micca veramente apre a porta à una gioia indisturbata. U soldi in forma di vitamina M hè solu un enabler, postu chì hè a cola chì mantene tuttu insemi, sempre chì l'energia interna hè coesiva.
- 8) Vera accettazione di u fattu chì dannu l'energia di u core in sè stessu provoca a perdita di vitamina M esternamente è internamente ... Questa perdita si traduce in una mancanza di focus, una stabilità emotiva diminuita è una riduzione generale di energia potente chì hè necessaria per energizà tutte e aree di a vita. .
- 9) U veru putere di a Vitamina M hè presente quandu unu entra in un statu di libertà è chì a libertà stessa genera più pace è calma da l'internu. A tranquillità interna hè cum'è l'oceanu, induve ùn si pò mancu ghjudicà a prufundità di l'oceanu solu fighjendu. Una calma oceanica hè sperimentata quandu a vitamina M è a libertà sò sfruttate simultaneamente.

10) Esperienze espansive di u mondu materiale sò pussibili cù a Vitamina M induve l'esistenza di a libertà hè sperimentalmente sentita cum'è una espansione di l'energia persunale. Una tale espansione ligami a crescita persunale / l'eccellenza cù u almacenamentu di l'energia finanziaria induve a vitamina M facilita è prumove in più l'espansione. Cum'è e so finanze è u saldu bancariu aumentanu, ci hè un rinforzà currispondente di l'eccellenza energetica persunale.

Cù questi 10 punti chjave in mente, l'errore di pruvà à aumentà a crescita finanziaria senza un focusu in l'auto-sviluppu pò esse evitata. Per percive esclusivamente u saldu bancariu di unu cresce ancu più, è più cum'è l'eccellenza persunale hè un sbagliu psicologicu seriu chì ultimamente dannu l'energie core internu. U core è l'anima di a prugressu esistenu in u crescita persunale cù a crescita finanziaria currispondente chì aumenta u flussu di energia positiva in u corpu, a mente è l'anima.

A libertà interna hè inexorablemente ligata à a capacità innata è di sviluppu di assume a rispunsabilità tutale di i so pinsamenti, sentimenti è tutte l'azzioni. Sta rispunsabilità si sveglia quandu unu piglia decisioni cuscenti è adattative basate nantu à una vista imparziale di ogni aspectu di a so vita. A libertà interna hè abbastanza rara in a vita è pò esse scuperta solu da l'individui chì assumanu a rispunsabilità per a manera di flussu di l'energia core in tutte e circustanze è situazioni. U putere di a Vitamina M hè tali chì i bisogni istintivi, emotivi è intellettuali sò soddisfatti in u cuntestu di i valori core chì anu ramificazioni in a so sfera d'influenza. Quandu sti bisogni sò soddisfatti bè, cessanu di funziunà cum'è inhibitori di a libertà interna per via di l'energia core chì si manifesta esternamente cum'è soldi è internamente cum'è Vitamina M in forma di putenza mentale. L'interu prucessu di decisione diventa energizatu cù l'intelligenza, cusì chì parecchje forme di rispunsabilità cum'è persunale, famigliari, suciale è spirituali, sò imbibed naturali.

A libertà interna è a rispunsabilità persunale tutale sò interconnessi induve u livellu di interconnessione porta à l'azione adattativa. Queste azioni sò mentali è fisiche, è a so natura adattativa si sviluppa per l'espressione adatta di l'energia core cum'è libertà esperienziale. A libertà hè un statu sperimentale di decisione adattativa, un statu di evoluzione psicologica naturale, è un statu di conservazione di l'energia chì porta à a cuscenza integrata è l'involuzione in 12 dimensioni di a vita. Da un puntu di vista filusuficu, l'involuzione si trova quandu un prucessu o un oggettu hè ontologicamente "turniatu" nantu à ellu stessu. Quandu u putere di i soldi cumencia à "turnà in sè stessu", porta à a cunservazione di stu putere è a cuncentrazione senza frammentazione cusì chì l'energia raffinata in forma di Vitamina M cumencia à sviluppà in sè stessu.

- **A LIBERTÀ DI L'ESPERIENZA HÈ UN STATU DI GIOIA CRESCENTE**
- - **RICKY SINGH**

LOCUS OF CONTROL & FREE WOLENT

A libertà interna hè sperimentata quandu unu hà a libertà di pensamentu per mantene è cunsiderà fatti, punti di vista, o altre idee mentre dà a debita considerazione è u rispettu à l'altri, ma formulendu a so visione di a libertà persunale. A libertà persunale implica intrinsecamente l'esistenza di u liberu arbitru è l'energia presente in una scelta senza impedimenti trà i pussibili corsi d'azione. 4 L'azzioni scelti liberamente, cun una cuscenza di u flussu di l'energia core in l'azzioni, porta à una cunniscenza pratica di u ligame trà a libera vuluntà è a rispunsabilità murale in modu chì u putere finanziariu hè utilizzatu per u benefiziu generale. L'azzioni liberamente voluntarii sò pusitivi quandu sò realizzati per stà in un spaziu di libertà interna. I stati

mentali cum'è a persuasione, a deliberazione è a pruibizione sò tutti pussibili per via di i prucessi energetichi chì miranu à accumulà soldi è sperimentà a libertà ottenuta da u pussessu di soldi. In esaminà u liberu arbitru, u locu di cuntrollu deve esse in u massimu equilibriu è l'integrazione energetica, cusì chì a libera volontà funziona per u più grande benefiziu. U locu di cuntrollu hè cuncepitu cum'è:

1) "Locus of control" hè u gradu à quale a ghjente crede chì elli, in uppusizione à e forze esterne (oltre a so influenza), anu u cuntrollu di u risultatu di l'avvenimenti in a so vita. U cuncettu hè statu sviluppatu da Julian B. Rotter in u 1954 è hè diventatu un aspettu di a psiculugia di a parsunalità. U "locus" di una persona (plurale "loci", latinu per "locu" o "locu") hè conceptualizatu cum'è internu (una credenza chì si pò cuntrullà a so propria vita) o esterna (una crede chì a vita hè cuntrullata da fatturi esterni chì u a persona ùn pò micca influenzà, o chì a chance o u destinu cuntrolla a so vita).

2) L'individui cù un forte locu di cuntrollu internu crede chì l'avvenimenti in a so vita derivanu principarmenti da e so azzioni: per esempiu, quandu ricevenu risultati d'esame, e persone cun un locu di cuntrollu internu tendenu à lodare o culpisce sè stessu è e so capacità. E persone cun un forte locu di cuntrollu esternu tendenu à lodare o culpisce fatturi esterni cum'è u maestru o l'esame.

Un forte locu di cuntrollu internu hè u risultatu di a libera volontà, pussibbilmente chì porta à una riduzione significativa di stress / distress. Ci sò e caratteristiche dispositivi di l'individui chì prumove u stress, a tensione, a preoccupazione, l'incertezza, a paura, etc. A teoria di u locu di cuntrollu incuraghjenu l'individui à ricunnosce chì u cuntrollu di u risultatu di l'azzioni persunale hè pussibile ricunnosce a prisenza di un locu internu è poi sviluppà azione. passi versu u prugressu ulteriore. Un risvegliu di l'energia core aumenta u locu di cuntrollu internu è esternu, riduce l'effetti negativi di l'avvenimenti stressanti, aumenta i cumpurtamenti di coping centrati in u travagliu, aumenta l'accessu à risorse multi-faceted (vale à dì, assistenza à u compitu, supportu emutivu, informazioni, etc.), aumenta l'effettu di stress-

buffering di u sustegnu suciale, cambia a percezione di l'avvenimenti in una direzione pusitiva, è aumenta l'autoestima.

CRESCITA FINANZIARIA & ECCELLENZA PERSONALE

A crescita finanziaria hè certamente un aspetto maiò di l'eccellenza persunale. (Vede a Figura 21 in l'Appendice) Una tale crescita richiede u sustegnu è u stabilimentu di mentalità dominanti chì ponu favurizà a crescita finanziaria. Da prospettive imprenditoriali, mentalità orientata à i cunsumatori, aumentu di a produttività cun mente basatu annantu à u statutu di l'offerta è di a dumanda, è u svegliu sistematicu di u putere internu, tutti portanu à una qualità migliorata di i prudutti / servizii furniti cù un aumentu currispondente di affidabilità è coerenza. L'aumentu di u putere mentale porta à u rinfurzà u pensamentu operativu, analiticu, sistemicu è cuncettuale. A creazione di l'unità interna è esterna (vale à dì, u ligame energeticu trà l'energia persunale è a percezione di a crescita di soldi cum'è a crescita di l'energia), prduce un livellu superiore di generazione di valore per l'imprenditore è i cunsumatori. Una tale cunessione interna è esterna trà l'energie svegliate genera adattabilità creativa, produttività sostenuta, qualità di servizii / prudutti aumentati, orientazione aumentata à i clienti è sustenibilità aumentata. Questa cunessione rinfurzata aumenta i vantaghji competitivi è favurizeghja l'espansione è a prufittuità.

Qualchese prucessu di crescita, internu è esternu, deve esse adattatu cusì chì u prucessu stessu hè raggiunate, comprensibile, prevedibile è gestibile, in particolare per sè stessu. Ci sò strategie massimi è minimi induve a cumplementazione è a supplementazione sò interlinkate per un veru sviluppu senza danni à u putere internu o u statu finanziariu attuale. Ogni individuu chì cerca l'eccellenza hà bisognu di inizià una vera scuperta di e funziunalità di a so intelligenza chì porta à u prugressu dinamicu. Ogni

cercadoru di l'eccellenza hà bisognu di ricunnosce a necessità di adattazione è di passà oltre i limiti limitati. Assicurà è accelerà a generazione di risultati richiede un flussu sustinutu di energia in direzzione chì sò visualizati è pianificati cù cura.

L'individui chì vulianu più crescita finanziaria anu bisognu di ricunnosce u paradigma attuale in u quale funzionanu è scopre novi paradigmi chì ponu cambià u focus versu a generazione di valore di u mercatu. E qualità essenziali cum'è l'adattabilità è l'orientazione à u cliente guidanu paradigmi, favurizeghjanu u migliu in u cuntestu di qualsiasi mercatu attuale. A determinazione di a megliu struttura è a funzione di i prucessi di cummerciale hè fundamentale per trattà a cumplessità. Questa cumplessità permette à l'imprenditore di mantene in prima linea e cause di e funzioni cummerciale. A costruzzione è u sviluppu ulteriore di un quadru per gestisce e funzioni di l'affari necessitanu energia persunale per stà in un bonu sviluppu sincronu. Una volta chì questu accade, l'adattabilità, a rapidità di crescita è a migliione di a prufittuità si trovanu. Una visione generale di e strutture è e funzioni sociali / cummerciale hà ancu bisognu di sviluppà in modu chì ogni impresa pò fiorisce tenendu in mente u cuntestu più largu in questu esiste. Questu hè applicatu à i pruprietarii di l'impresе è l'impiegati.

A crescita finanziaria è l'eccellenza persunale parallela à i scalini di una scala. Quandu un individu principia à cullà un scalu à u mumentu, hè essenzialmente piglià una azzione versu l'eccellenza persunale è a prossima azzione versu a libertà persunale. Questa analogia hè abbastanza adatta, datu u fattu chì i scalini alternati di a libertà finanziaria è l'eccellenza persunale anu bisognu à esiste è esse scalati in sequenza per un sviluppu adattatu è stabile in u tempu. Qualchidunu vulianu saltà una o duie corse à u mumentu è chì ponu creà danni, instabilità psicologica, risicu finanziariu è micca sustenibilità di una crescita adatta. L'energia spesa per passà da una scala di una scala à l'altra scala pò esse diventata difficiuli cù u tempu basatu annantu

à u ritmu di l'individuu cum'è u spaziu di e corse. Se e piste sò distanziate cù una distanza adatta, ci hè una attenzione adeguata à l'ambiente immediatu, è u u prucessu di arrampicata ancu in sincronia cù a pusizione di a scala. Dunque, ci hè una più grande pussibilità di più prugressu versu a cima di a scala. Un pò principià à piglià passi in ogni puntu di a so vita versu a libertà finanziaria o u sviluppu persunale. A chjave hè di principià cù unu in ogni mumentu di a vita. Se unu principia cù u sviluppu persunale, u gastu adattatu di soldi ne segue. Cù u puntu di partenza di u sviluppu persunale, l'alpinista deve esse cuscenti di assicurà ch'è i scalini ùn sò micca troppu alluntanati, perchè l'arrampicata diventerà più difficiule s'ellu ci hè troppu distanza trà i scalini. In listessu modu, se unu principia cù u sviluppu persunale, u sviluppu attuale da un passu à l'altu deve esse gestibile, fattibile, è realizatu senza falà da a scala di u sviluppu persunale, inseme à prevene l'eccitazione impulsiva per arrivà à a cima cù risicu aumentatu. Questa analogia hè abbastanza adatta in quantu à u sviluppu finanziariu, postu ch'è parechji individui volenu ghjunghje à a cima finanziaria abbastanza rapidamente senza avè una prutezzione adatta o mantene una attenzione adatta à u prucessu di scalata versu u sviluppu persunale / u sviluppu finanziariu.

Se un individuu cumencia à cullà cù u sviluppu finanziariu digià intactu cum'è in u casu di qualcunu ch'è natu in soldi, u passu prossimu deve esse u sviluppu persunale. Qualchidunu natu in soldi o ricchezza puderia digià avè una crescita finanziaria è puderia diventà più finanziariamente savvy. A prussima corsa per un tali individuu deve esse u sviluppu persunale induve puderanu pruvà à calmà a mente è acquistà più capiscenu di e so energie internu in modu ch'è altre attività ponu aiutà à cresce è diventà una persona megliu. Qualchissia ch'è principia in a vita è ùn hà micca stabilità finanziaria, crescita è eccellenza persunale, deve cumincià à travaglià internamente nantu à u so sviluppu persunale, cum'è andà à l'università o guadagnà più

educazione, apprendu diverse cumpetenze, è cusì ponu guadagnà. una visione più profonda di u putere è l'energia dorme chì esiste in elli. A crescita versu u rinforzà finanziariu avaristi in individui chì anu guardatu l'attenzione nantu à u sviluppu persunale, cum'è dichjaratu prima, è questu sviluppu si materializeghja da piglià passi alternati, cum'è cullà una scala. Ligà u corpu fisicu è a mente inseme sò cum'è i dui lati di una scala chì deve esse a stessa lunghezza, listessa altezza, è sò ben cunnessi da i scalini. Immaginate una scala induve ci sò dui braccia di supportu induve e corse sò cunnesse, induve l'eccellenza persunale in a crescita finanziaria è a crescita persunale sò alternate o si verificanu simultaneamente. Dunque, questu hè un modu di cunnette l'energia internamente (vale à dì, in mente / corpu / anima) è accumulà soldi cum'è a vitamina M hè allargata cum'è parte di l'eccellenza persunale.

AWAKENING INTELLIGENZA ENERGETICA

Per ottene stati di sviluppu più grande, persunale è finanziariu, sò necessarie strategie di sviluppu di l'affari / occupazione è persunale adatte per assicurà l'attenzione di i risultati desiderati. Un prucessu di pianificazione cuscente per ottene scopi à cortu è longu andà richiede un risvegliu di l'intelligenza energetica chì si basa / esiste cum'è una potenziale in ogni individuu. L'espansione di strategie energetiche pò salvaguardà u sviluppu di mudelli di commerciale prufittuali, purtendu à l'utilizazione di l'intelligenza persunale in viaghji chì cercanu situazioni win-win. U sviluppu di strategie efficaci, tenendu in mente i prucessi adattativi necessari per l'interazione adatta in ambienti diversi, inseme cù l'integrazione di una varietà di strategie espansive date un affari particolari, sò tutti cunnessi in una maniera preventiva è difensiva per assicurà risultati senza pruvucà. danni causati da sforzi à altu risicu. Assicurà risultati adatti da ogni tipu di strategia commerciale (o strategia occupazionale) richiede una valutazione chjara di e

circostanze di a vita attuale, in modu chì a custruzione di suluzioni significati à e sfide di l'affari / occupazione pò esse aduprendu u putere in l'intelligenza. U putere esistenti in l'intelligenza pò esse svegliatu ricunnoscendu a cunessione trà u sviluppu di l'affari (o occupazionale) è a forza intellettuale. A ricunniscenza di e cunessione trà a so intelligenza è u mondu naturali / economicu permette l'approcciu conceptuale / fondamentali per esse eventualmente operativi in piani d'azione. Un tali risvegliu è rinfurzamentu di l'intelligenza furtifica l'affari è / o l'occupazione attuale in modu sistemicu, ghjunghjendu à un statu di mente larga. U svegliu di l'intelligenza pò accade quandu unu ricunnosce u significatu di una varietà di tipi di intelligenza cum'è l'intelligenza competitiva, l'intelligenza vitale è l'intelligenza strutturale. L'intelligenza cumpetitiva si sveglia quandu unu ricunnosce a necessità d'ottene prospettive più larghe in quantu à qualsiasi affari o industria particolare, è cusì u percorsu versu a progressione diventa più chjaru. Una tale chiarezza risulta da una comprensione di a struttura generale di l'affari in u cuntestu di diversi cuncurrenti chì ponu esse presentati. Stu tipu d'intelligenza hè cunnisciuta cum'è intelligenza cumpetitiva, cusì ùn hè micca utilizzata in modu dannosu versu nimu, ma hè aduprata per rinfurzà più a consegna di beni è servizii. Questa intelligenza cumpetitiva hè ancu applicabile in ambienti di travagliu normali per l'impiegati chì travaglianu in diversi paràmetri di cummerciale. L'intelligenza vitale si riferisce à a forza è a vigore in l'intelligenza chì produce a vitalità persunale applicabile, cusì chì a struttura cummerciale cumpetitiva generale hè in u so propiu. Questa vitalità aumenta i servizii è i prudutti offerti à a cumunità / i cunsumatori in generale per furnisce u megliu serviziu è pruduttu di qualità. Una tale intenzione hà energia vitale è hà un effettu exemplifying o rebounding quandu vene in cuntattu cù i clienti. A qualità di l'interazzione cun elli è ancu cù a qualità di i prudutti / servizii offerti aumenta a vitalità generale è u vigore. L'intelligenza strutturale hè u putere cognitivu chì si trova in a visione generale di qualsiasi industria particolare è e so interconnessioni cù altre industrii. Tali

interconnessioni sò percepite à un livellu elevatu per via di a presenza di energia svegliata / raffinata in l'intellettu. Questa energia presente in l'intellettu righjunghji più altu per via di l'attenzione pusata nantu à u sviluppu fisicu è psicologicu, è ancu di trasfurmà in un statu di non-contraddizione interna. (A non-contraddizione interna hè un statu induve i pinsamenti, l'emozioni, i ricordi, i desideri è l'energia di u core sò in u megliu allinamentu pussibile.) U svegliu energeticu in a mente è u corpu porta à ricunnosce parecchie cause radicali di innumerevoli prublemi umani chì ponu esse risolti. da i sistemi ecunomici cohesionati. A radica di i prublemi in a realtà innegabile di i bisogni è e dumande pò esse capitu cù chiarezza è visione curretta. Questa visione permette u sviluppu di boni indicatori è predittori di l'evoluzione è a progressione di qualsiasi attività particolare di cummerciale o occupazione. L'intelligenza energetica permette di prughjettà in u futuru, in quantu à a custruzione di tendenzi è scenarii pussibili, in u quadru di un affari / occupazione particolare. Queste tendenze è scenarii sò conceptualizzati cù una cunniscenza interlinked rinforzata di più sistemi è strutture cummerciale in u cuntestu di i principii ecunomici. Questa cunniscenza interlinkata hè a chjave per u successu propiu in l'affari perchè ci hè una visione più grande è più profonda di l'interconnessione. U ricunniscenza di l'interconnessione è l'applicazione di l'intelligenza energetica in quella interconnessione permette una bona decisione per esse in u sviluppu di qualsiasi attività specifica di cummerciale o occupazione. Dunque, cum'è l'analogia di a scala hè stata discussa prima, ci hè un movimentu da una corsa à l'altru induve l'intelligenza energetica cuntinueghja à evoluzione sempre più, tenendu in mente u quadru più grande intornu à quale si sviluppa ogni attività particolare. U cuntestu di i sistemi suciali in generale, i sistemi di governu, è ancu altre strutture cummerciale competitive hè energeticamente tenutu in mente, chì porta à a megliu decisione in quantu si prova di avanzà più in 12 dimensioni di a so vita.

Quandu si sviluppa l'intelligenza energetica, diversi indicatori è predittori ponu influenzà e pussibilità future, induve u vantaghju competitivu di a so cumpagnia (o occupazione) pò evoluzione in una capacità di truvà è prevene diverse minacce à u sviluppu di a cumpagnia. A capacità di ricunnosce i punti di forza è debule di a so cumpagnia (o di a cumpagnia per quale travaglia) hè un indicazione di indicatori di rendiment. L'indicatori di rendiment sò aduprati per acquistà una cunniscenza più chjara di u tipu d'attività / azioni chì deve esse realizatu cum'è unu cuntinueghja à prughjessà più finanziariamente è persunale. Ci hè una ricunniscenza di i punti di forza è di debule di a so cumpagnia (o di l'attività occupazionale) è quelli punti di forza sò più rinforzati induve i punti debule sò percepiti cum'è opportunità per un sviluppu ulteriore. L'intelligenza energetica ricunnosce ancu l'evitazione di risichi è identifica opportunità interne / esterne per un sviluppu ulteriore in relazione à a capacità o l'abilità di qualsiasi urganizzazione / individuu per diventà resiliente. A resilienza hè un altru aspettu maiò di a resilienza persunale. U cuncettu di resilienza hè assai putente in u sensu chì hà in u so putere di rejuvenating (energia) chì permette à unu di rimbursà da ogni scontru. I scontri ponu esse superati via l'utilizzazione di l'intelligenza energetica in quantu à: a) operazioni di una impresa; b) flussu di l'infurmazioni in quantu à l'aspetti funziunali; c) aspetti di cumportamentu di l'impiegati è altri; d) competitività; è e) flussu generale di l'attività di ogni ghjornu. L'efficienza operativa pò esse allargata significativamente quandu l'intelligenza energetica diventa attiva.

CAPITOLU 2

VISIONE DI A VITA

FISSA è RUSSU DI OBIETTIVI

Per ottene / sustene un statu di eccellenza persunale è libertà finanziaria, i prucessi significati è applicabili deventu esse in piazza per stabilisce è rializà scopi. L'obiettivi sò essenzialmente desideri insoddisfatti induve un individuu hà aspirazioni à ascende à stati più alti di sperienza. Un scopu hè un statu di mente induve u prugressu hè desideratu fisicu, mentale, finanziariu è spirituale, cusì chì hè un statu di sperienza megliu o più altu da u statu attuale. A fissazione di u scopu richiede una cunniscenza di e circostanze di a vita attuale in 12 dimensioni (vede a Figura 1), è da questa cunniscenza, i scopi specifichi à cortu è longu andà ponu esse stabiliti in a so mente. A solidità di l'ubbiettivi sustene mentalmente un sforzu consistente versu un statu sperimentale di cumpiimentu di u scopu, induve unu si move in un statu più altu è megliu. U prucessu di decisione in sè stessu deve esse chjaru cusì chì e cuntradizioni internu di i desideri sò risolti. A risoluzione di tali cuntradizioni genera energia mentale induve l'uggettivi stabiliti sò realizzati per via di un prucessu di decisione cumpletamente cuscente. L'obiettivi sò cusì, attivamente stabiliti per sè stessu utilizendu una putenza mentale più grande. Un scopu ùn pò esse qualcosa chì ùn hè micca attivu, cum'è vede TV o altre attività passiva. Ogni scopu benefica genera una attività superiore in a so vita è una tale attività sveglia una energia più grande è più grande per piglià passi significativi versu a realizzazione di i so sogni, i piani, i desideri, etc. Perseguite attivamente i scopi ponu esse implementati cù successu per via di a crescita sustinuta di u so putere internu. è abbraccianu stati più grande di sperienza.

OBIETTIVI, PERFORMANCE & AUTOEFFICACIA

Ogni scopu hè una idea di u futuru o u risultatu desideratu basatu annantu à l'immaginazione, a pianificazione è l'impegnu per ottene u cumpletu. I sforzi sò fatti per ghjunghje l'uggettivi previsti in un tempu predeterminatu stabilendu

scadenze. U

U cuncettu di un scopu hè simile à u scopu o u scopu induve u risultatu anticipatu hà valore intrinsicu è estrinsicu. Se i scopi sò difficiuli cù più specificità, ci hè a pussibilità di un rendimentu più altu basatu annantu à u livellu di impegnu à un scopu, cù a capacità è l'estensione di a cunniscenza in piglià passi produttivi. Ci hè una relazione trà i scopi è u performance cum'è seguente:

- a) L'attenzione è a cuncentrazione sò cuncentrati è cuncentrati versu l'attività pertinenti à u scopu
- b) U nivellu di difficoltà di ogni scopu hè valutatu mentalmente è a so vulintà di espansione a so capacità versu a realizzazione di un scopu hè ancu valutata obiettivamente.
- c) A persistenza interna hè aumentata da a cuncentrazione di l'energia.
- d) A volte, un sforzu prolungatu hè necessariu induve sfondà i pinsamenti auto-sconfitti diventa assolutamente essenziale per prevene l'arrestu di i sforzi per ottene un scopu stabilitu.
- e) Obiettivi ponu purtà à u svegliu di l'energia dorme induve l'azzioni pigliate versu a realizzazione di i scopi ponu purtà à un statu di eccitazione.
- f) Unu principia u prucessu di scopre approcci, strategie è metudi chì puderia esse una scupertà nova chì porta à a generazione di forza più grande da l'internu.

Una relazione pusitiva trà u scopu di u scopu, u funziunamentu regolare di l'azzioni, è u megliu usu di l'energia persunale depende di parechji fatturi. Prima, un scopu deve esse cunsideratu preziosu è porta un significatu psicologicu chì prumove l'impegnu. A fissazione di l'obiettivu hè quandu qualità cum'è a chiarezza, a sfida, l'impegnu, u feedback, è a cumplessità di u compitu sò tutti fatturati in l'attivazione di l'energia di u core.⁷ Basatu nantu à u cuntestu di l'impieghi, u scopu participativu pò aiutà à aumentà u rendiment basatu nantu à u flussu energeticu internu è l'impegnu di l'individuu. missione di u patronu. L'autoefficacità hà ancu una relazione significativa cù l'impegnu di u scopu. L'autoefficacità hè, sicondu u psicologu

Albert Bandura ch'è hà prupostu urigginariamente u cuncettu, un ghjudiziu persunale di "quantu si pò eseguisce i corsi d'azzione necessari per trattà e situazioni prospective 8". Aumenta ancu una forte credenza è cunvinzione in l'energia di u core innata, l'apertura di capacità potenziali è e forze cognitive / emotive in u cuntestu di a determinazione / perseveranza di superà l'ostaculi aumentanu. pò ottene un bonu feedback da l'altri in quantu à a progressione cercata versu scopi specifici. Hè ancu cunsigliatu di stabilisce obiettivi SMART (specifici, misurabili, raggiunibili, pertinenti è limitati in u tempu) in a fissazione di scopi è piglià passi quotidiani adatti. U quadru SMART puderia esse cunsideratu un pocu limitatu per via di a so esclusione di a difficoltà di u scopu cum'è parte di u so criteriu. "In a teoria di u scopu di Locke è Latham, hè cunsigliatu di sceglie i scopi in u 90 percentile di difficoltà, basatu annantu à a media precedente. prestazione di quelli ch'è anu realizatu u compitu. "10

MINDSET THEORY DI FASI D'ACTION

I scopi ponu esse à longu andà, intermediu o cortu termine. A distinzione primaria hè u tempu necessariu per ottene elli in u cuntestu di l'utilizzazione di l'energia persunale. U periodu di tempu necessariu per ghjunghje l'ugettivi hè basatu annantu à a natura di l'ugettivi: cortu termine versus intermediu versus longu termine. A mentalità di una persona deve esse chjara prima ch'è un individu u pò esce per riesce à ghjunghje ogni scopu. Un prucessu riflettente hè necessariu per decide nantu à u statu finale desideratu basatu nantu à i so desideri. A teoria di a mentalità di Peter Gollwitzer di fasi d'azzione dice ch'è ci sò duie fasi in a realizzazione di ogni scopu:

Per a prima fase, l'individu selezzionà mentalmente u so scopu specificendu i criterii è decide di quale scopu si stabiliscerà basatu annantu à u so impegnu à vede. A seconda fase hè a fase di pianificazione, in quale quellu individu deciderà quale insieme di cumportamenti sò à a so dispusizione è li permetterà di ghjunghje megliu à u so statu finale

o u scopu desideratu.

SALIENCE INCENTIVA

Certi attributi di un scopu aiutanu à carattarizàlu è verificate l'incentivazione di l'individuu per ottene quellu scopu. A salienza di l'incentive hà un impattu maiò nantu à u prucessu di u scopu è di a realizzazione è hè definitu cum'è:

L'incentive salience hè un prucessu cognitivu chì cunferisce un attributu "desiriu" o "vulu", chì include un cumpunente motivazionale, à un stimulu gratificante. Una ricumpensa hè a pruprietà attrattiva è motivazionale di un stimulu chì induce un cumpurtamentu appetittivu - cunnisciutu ancu cum'è comportamentu di avvicinamentu - è un cumpurtamentu consumatory. U "vulente" di salience d'incentive difiere da "piace" in u sensu chì u piacere hè u piacè chì hè subitu guadagnatu da l'acquistu o u cunsumu di un stimulus gratificante; u "vulente" di salience d'incentive serve una qualità di "magnet motivational" di un stimulus gratificante chì face un scopu desideratu è attraente, trasfurmendu da una mera sperienza sensoriale in qualcosa chì cumanda l'attenzione, induce l'avvicinamentu è face esse cercatu. . 12

In u cuntestu di l'incentive salience, i scopi anu diverse caratteristiche chì motivanu l'individui cum'è cunnessi à i valori / caratteristiche persunali, chì predicenu a realizzazione di u scopu. Queste caratteristiche include:

- a) L'impurtanza o l'impurtanza pusata nantu à un scopu dipende da: l'attrattiva, l'intensità, a pertinenza, a priorità è u signu di u scopu. L'impurtanza pò varià da alta à bassa è l'energia core hè attivata in gradazione.
- b) A cunniscenza di u livellu di difficultà hè necessariu induve a difficultà hè determinata da stimi generali di a probabilità di ghjunghje u scopu. U livellu di difficultà di ogni scopu deve esse evaluatu cù cura cù a dispunibilità di l'energia persunale.

c) A specificità hè determinata s'ellu u scopu hè di qualità è varieghja da esse vaga à esse precisa. Di genere, un scopu di livellu più altu hè più vagu cà un subgoal di livellu più bassu; per esempiu, vulendu avè una carriera riescita hè più vaga di vulè ottene un diploma di maestru. Una riflessione meditativa nantu à a specificità di ogni scopu porta clarità in quantu à a natura di un scopu.

d) A visualizzazione in quantu à a gamma temporale crea una cunniscenza di questa gamma da prossimale (immediata) à distale (ritardata) è hà un impattu direttu nantu à cumu si usa l'energia. A cuscenza hè tipicamente più grande per i scopi prossimali piuttosto cà i scopi distali. A visualizzazione più profonda di a visualizzazione aumenta a chiarezza s'avvicina nantu à a realizzazione di tutti i scopi (proximali è distali).

QUATTRE FASE DI PURSUIT GOAL E VITAMINA M

A cumplessità di un scopu hè determinata da quanti subgoals sò necessari per ottene u scopu è cumu un scopu cunnetta à l'altru. L'intelligenza meditativa hè cruciale per fà e cunessione adattate in u cuntestu di l'almacenamiento di vitamina M. (L'intelligenza meditativa hè aumentata u funziunamentu intellettuale via ogni quantità di tecniche meditazione / riflessiva.) A dispunibilità di soldi è a quantità di vitamina M deve esse chjaramente cunnisciuta per fà una comprensione lucida di a cumplessità di u scopu. Per esempiu, u gradu di l'università puderia esse cunsideratu un scopu cumplessu perchè hà assai sottumessi, cum'è fà boni qualificazioni, è hè cunnessu à altri scopi, cum'è ottene un impiegu significativu. 17 Se l'energia di u core hè attivata in modu adattatu, a cumplessità pò esse vista cù a crescita di a crescita persunale invece di a frustrazione, a tensione, a bassa fiducia in sè stessu, etc.

Gollwitzer è Brandstatter (1997) definiscenu quattru fasi di a ricerca di u scopu cum'è:

1) Predecisionale ("stabilisce preferenze trà i desideri è i desideri cuncurrenti")

- 2) Preazione ("promozione di l'iniziu di l'azzioni diretti à u scopu")
- 3) Actional ("portà l'azzioni dirette à u scopu à una fine riescita")
- 4) Postazionale ("valutà ciò ch'è statu ottenutu cumparatu cù ciò ch'era desideratu")

A ricunnosce a cunessione trà quattru aspetti di a ricerca di u scopu, a vitamina M è e dimensioni 12 permettenu di utilizà soldi è tempu per u benefiziu massimu.

IPOTESI GOAL-GRADIENT

In più esaminendu u stabilimentu di u scopu, a realizzazione di u scopu è a motivazione, l'ipotesi di u gradiente di u scopu denota a scuperta classica da u comportamentismu ch'è l'animali spende più sforzu quandu si avvicinanu à una ricumpensa.¹⁹ Clark Leonard Hull era un psicologu americanu ch'è cercava di spiegà l'apprendimentu è a motivazione per mezu liggi scientifici di cumpurtamentu. Sicundu Hull:

U prugressu di u scopu hè una misura di l'avanzamentu versu a realizzazione di un scopu. I percezioni di u prugressu spessu influenzanu a motivazione umana per perseguite un scopu. Hull hà sviluppatu l'ipotesi di u gradiente di u scopu, ch'è postula ch'è a motivazione per rializà un scopu aumenta monotonicamente da u statu d'iniziu di u scopu à u statu finale di u scopu. Hull hà sviluppatu l'ipotesi di u gradiente di u scopu quandu osservava i topi ch'è correvanu per riceve una ricumpensa alimentare. Utilizendu sensori per valutà u movimentu di u ratu, Hull hà osservatu ch'è u livellu di sforzu di u ratu aumentava cum'è a distanza prossimale à a ricumpensa di l'alimentariu diminuì. L'ipotesi di gradiente di u scopu hè stata aduprata per predichendu u cumpurtamentu umanu quandu perseguite un scopu.

PROSPECT THEORY PERSPECTIVE

A prospettiva di a teoria di a prospettiva 23 affirmeghja ch'è a motivazione per perseguite un scopu pò esse spiegata cù i principii di a teoria di a prospettiva ch'è enfatizeghja i seguenti:

Punti di riferimentu

I scopi ponu esse qualificati cum'è punti di riferimentu. In particolare, u scopu serve cum'è u puntu di riferimentu per quale l'individui si differenzia psicologicamente trà successi è fallimenti. Utilizendu a terminologia di a Teoria di Prospettiva, i successi sò associati cù guadagnà, è i fallimenti sò associati cù perdite. Per esempiu, se un scopu hè stabilitu per perde 10 lire, perde 11 lire hè un successu, ma perde 9 lire hè un fallimentu. 24 I punti di riferimentu sò estremamente utili per mantene l'attenzione à quantu energia core hè aduprata mentre si avvanza versu u so scopu. L'attitudine cù quale i successi è i fallimenti sò misurati impurtanti per mantene a motivazione attiva.

Aversione di perdita

Simile à e decisioni sottu incertezza, l'aversione per a perdita si applica à i scopi. Cù i scopi, l'aversione per a perdita implica ch'è l'affettu negativu evocatu da a realizzazione peggior di u so scopu supera l'affettu pusitivu associatu cù u so scopu. Per esempiu, cunzidira un individuu ch'è hà u scopu di perde 10 lire. S'ellu manca u so scopu perdendu solu nove lire, a magnitudine di i so emozioni negativi seria più grande di a magnitudine di e so emozioni pusitivi s'ellu supera u so scopu perdendu 11 lire. 25 L'affettu negativu (emozione) face ch'è l'energia di u core sia ridutta, creendu un ambiente internu preoccupante. A prevenzione di l'aversione per a perdita hè pussibile mantenendu l'attenzione nantu à ogni quantità di prugressu è impegnendu e so energie più in più per ghjunghje i scopi stabiliti. L'avversione per a perdita pò influenzà tutte e 12 dimensioni di a vita per via di a creazione di squilibri internu, ch'è varieghja da leggeru à severu, basatu annantu à una percezione di u rendiment.

Sensibilità diminuite

A sensibilità di l'individui à u prugressu in a ricerca di u scopu diminuisce quandu si

allontanassi da u puntu di riferimentu di u scopu. Dunque, cum'è un individu u s'avvicina versu u so scopu, u valore percepitu di u prugressu aumenta. Per esempiu, cunzidira un scopu per curriri 10 miles è un scopu separatu per curriri 20 miles. Se un individu corre un kilometru, u valore percepitu di stu prugressu hè più grande quandu u puntu di riferimentu di u scopu hè 10 miglia chè quandu u puntu di riferimentu hè 20 miglia.²⁶ A prevenzione di "sensibilità diminuita" hè pussibile mantenendu a so energia fisica / mentale cunnessa cù un puntu di riferimentu di u scopu è riflettendu meditativamente nantu à u puntu di riferimentu regularmente. Una tale riflessione stabilizza u putere internu è pò prevenire a sensibilità diminuita.

Subgoals

Utilizendu un approcciu di valori à a ricerca di u scopu, i scopi prossimi sò più prubabile di risultatu in risultati riesciuti. Quandu un scopu hè prossimale, u valore per ogni passu di u prugressu hè più grande chè se u scopu hè distale datu una sensibilità diminuite. Una manera di trasformà un scopu distale à un scopu più proximal hè di stabilisce sub-obiettivi. Stabbilimentu di sub-obiettivi hè una strategia efficace per motivà a perseguita di u scopu successu. ²⁷ L'intelligenza per stabilisce i sub-obiettivi si sveglia vedendu chjaramente chè l'impostazione è l'incontru di i sub-obiettivi sò cumpletu è essenziale in una mentalità orientata à u prucessu.

PERSISTENZA OBIETTIVI

Ci hè ancu un paradigma per a persistenza in a ricerca di u scopu. U significatu di a persistenza hè descrittu quì sottu:

A tensione in a persecuzione di u scopu nasce quandu ci hè una discrepanza trà u statu attuale è u statu finale di u scopu desideratu. A forza motivazionale per chjude sta discrepanza, è dunque eliminà a tensione, porta à a persistenza. Certi cuncetti equivalen a persistenza à a cunservazione di u momentu (un principiu di fisica). Una volta chè un scopu hè iniziatu, i sforzi per compie u scopu persistenti salvu "smussati da un forte stimulu esternu o da l'eccitazione di una tendenza alternativa, più

forte, diretta à u scopu". Un tali statu energeticu hè pussibile quandu si mette deliberatamente l'energia per ghjunghje à un statu di persistenza chì hè intrinsecamente gratificante piuttosto cà di creà tensione, mantenendu l'attenzione nantu à a discrepanza trà u statu attuale è u so scopu di desideriu (statu finale).

Utilizendu questi cuncetti, Fox è Hoffman (2002) prupone quattru miccanismi per a persistenza di u scopu:

- a) chiusura prossimale
- b) cumpiimentu di chiarezza
- c) valenza di u scopu
- d) interessi intrinseci

Chiusura prossimale

A chjusura prossimale pone chì a distanza trà un statu finale di u scopu è u statu attuale di l'individuu diminuisce, a "forza motivante attrattiva" per ghjunghje à u statu finale di u scopu aumenta. L'ughjettu diventa più desideratu è a so cumpleta più fattibile. Inoltre, cum'è a distanza proximale à u scopu finale di u scopu, a forza motivazionale per compie u scopu è l'ughjettivi assuciati à questu aumenta ancu.³⁰ Cum'è un scopu stabilitu diventa più desideratu, a forza di motivazione interna hè più energizata da l'attivazione di l'energia core. U soldi hè ancu utilizatu, in una certa misura, per cumprà articuli / prudutti / servizii / ecc necessari. per ghjunghje u scopu. U megliu usu di soldi in quantu à a chiusura prossimale aumenta a vitamina M psicologicamente è prumove a rivitalizzazione di l'energia core.

Clarietà di Cumpiimentu

A chiarezza di cumpiimentu suggerisce chì quandu i passi per cumpiendu un scopu diventanu più chjaru, a persistenza per rializà u scopu aumenta. Quandu u percorsu per compie un scopu hè più chjaru, u scopu hè percepitu per esse più fattibile, è in seguitu, a motivazione per compie u scopu aumenta.³¹ L'energia esistente in l'intellettu hè attivatu quandu a clarietà di cumpiimentu nasce in a mente. A clarietà tende à esse rara in a vita di

parechje persone è l'usu di l'energia di u core diventa sempre più sublimatu cù una fattibilità aumentata di cumpiimentu di u scopu ingiunatu cù una motivazione equilibrata.

Gol di Valence

Per u mecanismu di valenza di u scopu, Fox è Hoffman (2002) descrizanu a valenza cum'è "l'estensione di l'attrazione o a desiderabilità di u scopu". Obiettivi chì sò percivuti per esse assai preziosi, definiti cum'è quelli chì risponde à i bisogni di l'individuu, sò alta valenza. I scopi cun alta valenza pusitiva ùn sò micca facilmente sustituibili, vale à dì chì ùn ponu micca facilmente rimpiazzati da un altru scopu. Un individuu hè più prubabile di persiste per compie un scopu chì ùn pò micca esse sustituitu per un altru scopu. 32 L'attrattiva hè esperienziale cum'è l'energia persunale hè aduprata per creà l'esperienza di l'attrattiva. A creazione di alta valenza pusitiva sustene u piazzamentu di l'energia chì porta à una persistenza più grande in cumpiendu un scopu. Quandu un tali statu di mente hè prisente, altri pinsamenti o idee distracting sò facilmente scartati da a mente. 33

Interessi intrinseci

Per u mecanismu di l'interessi intrinseci, Fox è Hoffman (2002) affirmanu chì durante a ricerca di un scopu primariu, un individuu pò sviluppà interessi in attività o sperienze assuciate à perseguite u scopu. Dunque, ancu se l'interessu in u scopu primariu diminuisce, l'individui ponu esse motivati à persiste versu u cumpletu di u scopu per pudè cuntinuà à impegnà in attività è sperienze assuciate chì suscitanu un affettu pusitivu. 34 U sviluppu di l'interessu in l'attività / l'esperienze ligati à un scopu pò rinforzà u viaghju versu un scopu cusì chì l'ostruzioni cum'è l'avè, a monotunia, a tediosità, etc.

ANALISI SWOT, FIT STRATEGIC, & BENCHMARKING

In più di l'idee discusse finu à quì, un individuu pò realizà un analisi SWOT chì hè una tecnica di pianificazione strategica utilizzata per aiutà una persona o una urganizazione à identificà i punti di forza, debule, opportunità è minacce ligati à a cumpetizione cummerciale o à a pianificazione di u prugettu.35 SWOT assume chì i punti di forza. è i punti debbuli sò spessu interni mentre l'opportunità è i minacce sò più cumunimenti esterni.35 SWOT

hè un acronimu per i quattru paràmetri di a tecnica:

- 1) Punti di forza : caratteristiche di l'affari o di u prugettu chì li danna un vantaghju annantu à l'altri.
- 2) Debulezza : caratteristiche chì ponenu l'affari o u prugettu in svantaghju in quantu à l'altri.
- 3) Opportunità : elementi in l'ambiente chì l'affari o u prughjettu puderia sfruttà à u so vantaghju.
- 4) Minacce: elementi in l'ambiente chì puderanu causari prublemi per l'affari o prughjettu.

U gradu à quale l'ambiente internu di un individuu o urganizzazione corrisponde à l'ambiente esternu hè spressione da u cuncettu di fit strategicu. L'identificazione di SWOT hè impurtante perchè ponu informà i passi successivi in a pianificazione per ghjunghje l'ughjettu. Prima, i decisori anu da cunsiderà se l'ughjettu hè raggiungibile, datu i SWOT. Se l'ughjettu ùn hè micca ottenibile, anu da selezziunà un scopu diversu è ripetiri u prucessu.

In cunessione à una analisi SWOT, l'idea di l'adattamento strategica hè assai ligata à a realizzazione di u scopu è a megliu utilizzazione di l'energia persunale è i soldi.

L'adattamento strategica esprime u gradu à quale un individuu o una urganizzazione corrisponde à e so risorse è capacità cù l'opportunità in l'ambiente esternu. U corrispendenza si faci per via di a strategia è hè dunque vitale chì a cumpagnia hà e risorse è e capacità attuali per eseguisce è sustene a strategia. L'adattamento strategica pò esse aduprata attivamente per valutà a situazione strategica attuale di una sucietà, è ancu opportunità cum'è M&A è disinvestimenti di divisioni organizzative. L'adattamento strategica hè ligata à a vista basata in Risorse di l'impresa chì suggerisce chì a chjave per a prufittuità ùn hè micca solu per u posizionamentu è a selezione di l'industria, ma piuttosto per un focus internu chì cerca d'utilizà e caratteristiche uniche di a cartera di risorse è capacità di a cumpagnia. Una

cumminazione unica di risorse è capacità pò eventualmente esse sviluppata in un vantaghu competitivu chì a cumpagnia pò prufittà. In ogni casu, hè impurtante di diffarenzia trà risorse è capacità. Risorse ligati à l'inputs à a pruduzione pussede da a cumpagnia, mentre chì e capacità descrizanu l'accumulazione di apprendimentu chì a cumpagnia pussede.³⁷

Benchmarking hè ancu abbastanza pertinenti per fà un prugressu adattatu versu a realizzazione di u scopu. Robert Camp³⁸ hà sviluppatu un approcciu in 12 fasi di benchmarking.

A metodulugia in 12 fasi si compone di:

- 1) Selezziunà u sughjettu
- 2) Defini u prucessu
- 3) Identificà i partenarii potenziali
- 4) Identificà fonti di dati
- 5) Raccoglie dati è selezzionate tutti i partenarii
- 6) Determinà a distanza
- 7) Stabbilisce differenze di prucessu
- 8) Target future performance
- 9) cumunicà
- 10) Aghjustate u scopu
- 11) Implementà
- 12) Revisione è recalibrate

L'energia intellettuale hè aduprata per creà benchmarks. U seguitu à i benchmarks richiede pacienza, cumpetenza cuncentrata, mantene a mente nantu à una pista progressiva, trattà e difficoltà cù equanimità, è ricunosce a gloria di una mentalità orientata à u prucessu (vede u Capitulu 7).

RIFLESSIONI PAROLA

L'autore ricumanda à i lettori di riflette nantu à l'idee presentate finu à avà, leghjendu ogni parolla sottu è cuntemplando brevemente u significatu in quantu à i scopi. A griglia seguente mostra i cuncetti chjave in relazione à u

scopu di u scopu è a realizzazione di u scopu:

SITUAZIONE DI OBIETTIVI/PIANIFICAZIONE TERMINI SCOPI/OBIETTIVI	SITUAZIONE DI OBIETTIVI/PIANIFICAZIONE TERMINI SCOPI/OBIETTIVI	SITUAZIONE DI OBIETTIVI/PIANIFICAZIONE TERMINI SCOPI/OBIETTIVI
RISULTAT ANTICIPATE VALORE INTRINSIC VALORE ESTRINSU	RISULTAT ANTICIPATE VALORE INTRINSIC VALORE ESTRINSU	RISULTAT ANTICIPATE VALORE INTRINSIC VALORE ESTRINSU
GOAL DIRECTED ATTENTION EFFORT PERSISTENCE	GOAL DIRECTED ATTENTION EFFORT PERSISTENCE	GOAL DIRECTED ATTENTION EFFORT PERSISTENCE
MENTALITÀ INTELLIGENTE DI AUTOEFFICACIA	MENTALITÀ INTELLIGENTE DI AUTOEFFICACIA	MENTALITÀ INTELLIGENTE DI AUTOEFFICACIA
NIVELLU IMPORTANZA DI SPECIFICITY DIFFICULTY	NIVELLU IMPORTANZA DI SPECIFICITY DIFFICULTY	NIVELLU IMPORTANZA DI SPECIFICITY DIFFICULTY
GAMMA TEMPORALE OBIETTIVI PROXIMALI OBIETTIVI DISTALI	GAMMA TEMPORALE OBIETTIVI PROXIMALI OBIETTIVI DISTALI	GAMMA TEMPORALE OBIETTIVI PROXIMALI OBIETTIVI DISTALI
OBJECTU COMPLESSITÀ OBJECTU PURSUIT BENESSERE SUGGETTIVE	OBJECTU COMPLESSITÀ OBJECTU PURSUIT BENESSERE SUGGETTIVE	OBJECTU COMPLESSITÀ OBJECTU PURSUIT BENESSERE SUGGETTIVE
VERIFICHE DI FASIBILITÀ DI A GESTIONE DI TEMPU AJUSTE I MILESTONES	VERIFICHE DI FASIBILITÀ DI A GESTIONE DI TEMPU AJUSTE I MILESTONES	VERIFICHE DI FASIBILITÀ DI A GESTIONE DI TEMPU AJUSTE I MILESTONES
GOAL SPLACEMENT PLANIFICAZIONE STRATEGICA ANALISI SWOT	GOAL SPLACEMENT PLANIFICAZIONE STRATEGICA ANALISI SWOT	GOAL SPLACEMENT PLANIFICAZIONE STRATEGICA ANALISI SWOT

U RICONOSCUSSU DI L'OPPORTUNITÀ SVIGLIA A POTENZA DORMANTA

A ricunniscenza di l'uppurtunità hè essenziale per fà u prugressu in qualsiasi di e dimensioni 12 (Figura 1) di a vita. L'identificazione di opportunità novi è scunnisciute si trova quandu a cunniscenza passata, l'esperienze passate è e riflessioni attuali permettenu à l'intellētu di identificà pussibilità. Stu pruceddu d'identificazione utilizeghja l'energie in u desideriu è a mente, purtendu à u megliu usu di l'energia in l'azzione (Figura 1).

L'identificazione è a selezione di e migliori opportunità per i novi imprese sò trà e capacità più impurtanti di quellu chì prova à ottene u successu in l'imprenditorialità è / o l'impieghi. Per risvegliare u putere dorme hè bisognu di ricunniscenza di opportunità cù una mente aperta è infurmata. I punti seguenti sò aspetti di ricunniscenza d'uppurtunità chì anu a putenza di mantene u so putere internu in a megliu direzione pussibile:

- 1) L'energia persunale hè necessariu per scopre l'opportunità.
- 2) U sviluppu creativu di opportunità hè pussibile.

- 3) L'identificazione di l'opportunità richiede "energia in u desideriu" per esse svegliatu.
- 4) L'imprendituri ponu inizià u prucessu di identificà l'opportunità di commerciale mantenendu u cunsumadore in mente. A creazione è a liberazione di valore à i cunsumatori crea una mentalità induve l'opportunità sò fatte è micca solu truvate.
- 5) L'investigazione prudente è a sensibilità aumentata à i bisogni di u mercatu permettenu à l'energia di u core per esse attivu, cum'è necessariu, senza piglià decisioni affrettate.
- 6) U sviluppu di una opportunità pò esse pussibile ricunnosce a distribuzione suboptimale di risorse.
- 7) Ci hè una distinzione significativa trà "ricunniscenza d'uppurtunità" è "sviluppu di opportunità" è a riflessione nantu à sta distinzione pò furnisce più strade per a crescita.
- 8) A creazione di imprese riesciuti seguita una prucedura di sviluppu di pruspettiva successu. Questu include l'identificazione di una opportunità, a so valutazione è l'espansione. U prucessu di sviluppu hè recurrente è iterativu. A realizzazione di e valutazioni prumove una maggiore chiarezza in diverse tappe di sviluppu è utilizza capacità intellettuale riflessive per
- 9) un imprenditore hè prubabile di fà valutazioni parechje volte in diverse tappe di sviluppu; a valutazione puderia ancu purtà à ricunniscenza di opportunità supplementari o aghjustamenti à a visione iniziale.

Per piacè vede a Figura 26 in l'Appendice riguardanti:
 Fattori maiò ch'Influenze u Core Process of Opportunity Recognition and Development

Ci sò, senza dubbitu, ostaculi internu è esterni presente quandu pruvate à fà u prugressu in a vita. Quandu avemu cunsideratu u significatu di a parolla "ostaculu", si riferisce à a prevalenza malgradu l'adversità o a difficoltà, per risolve diversi prublemi cù successu, per scunfighja un pensamentu o emozioni oppostu internamente, è per superà qualcosa ch'è stagnanu è percive di manera diversa. Allora, quandu unu hè affruntatu cù sfide in a so vita, assai mentalità pusitiva aiutanu à ricunnosce è superà l'ostaculi. L'ostaculi sò l'uppurtunità di ricunnosce u flussu energeticu è di rinfurzà sè stessu, perchè l'ostaculu hè una opportunità per un sviluppu internu è esternu. Per affruntà ogni ostaculu o sfida direttamente significa affruntà u capu significa micca esse chjappu in un statu di lagnanza è micca esse chjappu cù l'ostaculu, ma ricunnosce cum'è qualcosa ch'è sfida un individu u energicamente per attivà u

putere intellettuale è truvà creativa. modi per passà per l'ostaculu. Stu tipu di creatività creativa precisa un statu pusitivu di emozioni è pensamentu mentre l'ostaculu hè sempre presente. Per passà in un statu d'emozioni pusitivi è di pensamentu esige energia in particolare l'energia core per esse intacta malgradu l'ostaculi chì ponu esse prisenti. Da quì l'aspetti realistici attraversu quale unu vede l'ostaculu a realtà di ellu per vedelu cum'è hè di fighjà diverse pussibulità in u regnu di pussibulità in modu realisticu è micca solu in una certa manera di fantasia, ma per percive e cose cum'è sò hè ancu aduprà u energia di l'intelligenza chì esiste in a mente più positivamente è creativamente induve si pò mantene a mente estremamente aperta induve l'energie cuntinueghjanu à apre mentre ostaculi o sfide ponu esse prisenti. Pruvate ancu di capisce a cumpetizione in u so quadru ghjusta in u so modu ghjustu senza dannà u putere internu hè di utilizà a forza di a cumpetizione per u benefiziu piuttosto cà a so degradazione. A cumpetizione hè l'uppurtunità di prудuce o furnisce un megliu tipu di serviziu megliu tipu megliu qualità di pruduttu à i cunsumatori o se unu hè un impiigatu per furnisce u megliu tipu di sperienza di travagliu o serviziu à una urganizzazione chì supera l'altri. Un tali tipu di mentalità cumpetitiva hè in realtà sfruttà u sviluppu internu è a gloria di u so sviluppu internu è hè focu annantu à l'internu piuttosto cà l'esternu focu annantu à un modu chì impedisce di guardà da l'internu. Una mentalità cuncentrata esternamente senza attenzione à u sviluppu internu pruvucarà danni energetichi o pruvucarà un sbilanciamentu in u sistema energeticu. A ricunniscenza ancu di l'aspetti emotivi chì sò prisenti o u flussu di l'emozioni chì hè presente mentre l'ostaculi ci sò indicativi di esse attenti à l'energia chì l'emozioni utilizanu. L'emozioni utilizanu una quantità fenomenale d'energia è una volta usanu sta energia in modu constructivu o distruttivu, allora omu anderà à prugressu o regressà o stà stagnatu. A ricunosce u flussu pusitivu di l'energia è l'emozioni o di mette l'energia in l'emozioni pusitivi deliberatamente, attentamente, adeguatamente è creativamente hè indicativu di l'eccellenza persunale è a

maestria personale. In più di sti qualità internu chì sò sviluppati per piglià un accostu assai sistematicu versu l'abbattimentu di l'ostaculi passu à passu, ricunnosce diverse cumpunenti di questu prumove una cunniscenza attenta è chjara di a manera di tutte e funzioni. Ci hè un acronimu "STOP" chì hè utilizatu in a furmazione di mindfulness:

S = STOP

T = FAI UN PASSU IN RETRO

O = OBSERVA

P = PROCEDE IN CUSTODIA

Quandu un ostaculu hè presente davanti à sè stessu, ci vole à piantà ciò chì si face è micca agisce subitu. L'arrestu di a so attività permette à unu di capiscenu a grande stampa cumpletamente è cun cura è dopu da quella tappa da quellu statu per fà un passu in daretu è tracciate a serie di avvenimenti chì puderanu avè purtatu à un ostaculu o cumu l'ostaculu pò esse ghjuntu. . Da fà un passu in daretu à l'osservazione chjara di a natura di l'ostaculu stessu cum'è induve unu hè in a so vita in a so prugressu, è ancu altri fattori corollari o fattori cunnessi per vede tutti insieme in u cuntestu di u scopu chì prova. per esse u cuntestu di u scopu chì unu cerca di ghjunghje è in relazione à l'ostaculu specificu presenti, unu hè tandu capaci di stà in u statu d'osservazione chjara. Un statu d'osservazione chjara eventualmente purterà à prucedu attentamente prucedendu assai attentamente prucedendu assai prudente senza creà più ostaculi o più difficoltà à pruvà à ottene un scopu particolare.

Ricunniscenza & sbocciamentu fora di i zoni di cunfortu

Hè bisognu di ricunnosce a so zona di cunfortu è ricunnosce e so limitazioni nantu à sè stessu. Questa zona hè induve unu si senti còmode, rilassatu è capaci di realizà bè certi travaglii. Malgradu u cunfortu fisicu /

psicologicu è a facilità chì hè presente mentre in a zona di cunfortu, hè vitale per sfida in modu coerente per andà fora di questu. L'allungamentu di e zone di cunfortu richiede energia, soprattuttu per prugressu finanziariamente. A creatività è a felicità ponu stagnate significativamente senza sfida à ellu stessu per alluntanassi da diverse zone di cunfortu, in particolare in quantu à u sviluppu finanziariu. Parechje persone sò cuntentate in un travagliu particolari, ghjunghje à stagnazione finanziaria / emuzionale, è si sentenu in un rut. A seguire à a cieca e rutine diventa a norma senza chì queste norme furniscenu cumplimentu, arricchimentu è ulteriore avanzamentu. U movimentu di e zoni di cunfortu pò esse senza ansietà è nervosità se si piglianu passi attenti ogni ghjornu per un prugressu stabile. Apertura si à novi opportunità è sperienze richiede prima a ricunniscenza di queste opportunità è dopu, piglià passi diretti è attivi per perseguite. Parechje persone fermanu in i zoni di cunfortu per una varietà di teme, cum'è u timore di fallimentu, u timore di successu, u timore di novi sperienze è u timore di e percezioni di l'altri. Piglià e novi sfide hè un puntu di riferimentu maiò di l'aumentu di l'energia persunale, possibbilmente chì porta à una quantità aumentata di soldi chì entra in a vita. U soldi furnisce opportunità per novi sperienze chì ponu arricchisce a so vita induve l'effettu di a vitamina M aumenta cù u tempu. A ricunniscenza è l'eliminazione di l'autoconversazione negativa hè ancu essenziale per piglià passi d'azione per più crescita in tutti i campi di a vita. A zona di cunfortu stessu hè una grande barriera per ghjunghje à u so pienu potenziale.

Ci vole à ricunnosce e so zoni di cunfortu è veramente ricunnosce e so limitazioni. In queste zoni, unu si senti còmode, rilassatu è capaci di realizà bè certi travaglii. Malgradu a prisenza di cunfortu fisicu / psicologicu è facilità mentre in a zona di cunfortu, hè vitale per sfida à sè stessu per alluntanassi da questu. L'allungamentu di a zona di cunfortu richiede energia, soprattuttu per prugressu finanziariamente. A creatività è a felicità ponu

stagnate significativamente senza sfida à ellu stessu per allontanassi da diverse zone di cunfortu, in particolare in quantu à u sviluppu finanziariu.

In vista di u fattu chì u movimentu fora di a zona di cunfortu tende à esse difficiule per parechje persone, a quistione per tutti noi hè in quantu à a pussibilità di fiurisce fora di a zona di cunfortu. U cuncettu di fioritura si riferisce à l'apertura di novi è più sviluppi in a so vita senza sforzu è cun facilità. Un tali tipu di sviluppu crea un movimentu ulteriore induve si percepisce un certu livellu di difficoltà, ma si faci senza sforzu, cun facilità, è hè l'essenza di sfruttà l'energia persunale. L'energia di u core cuntinueghja à rejuvenate è rivitalizza quandu si face fora di e zoni di cunfortu è in novi zoni per più avanzamentu.

Blossoming si riferisce à u prugressu più avanzatu cù modi organici (vale à dì, modi sistematici, pensativu, naturali è pianificatu curretamente) versus qualcosa chì hè fattu artificialmente o qualcosa chì hè fattu cù una grande quantità di sforzu innecessariu. L'azzioni eseguite da piglià shortcuts infine produci danni. A vera fioritura fora di zoni limitati hè paragonabile à una fiore induve e diverse fragrances di una fiore passanu da un locu à l'altu o quandu i boni sentimenti si apre in sè stessu. In listessu modu, a fioritura fora di e zoni di cunfortu hè un movimentu naturali è bellu avanti, ancu s'ellu ci saria qualchì sfide naturali. Innota chì una zona di cunfortu hè un locu induve unu hè cunfortu, hè un locu induve unu ùn deve micca sforzu per fà una attività. Ci hè quasi un aspettu automaticu di stà in una zona di cunfortu. A mente è u corpu tendenu à rilassate in questa zona automatica, induve i miccanismi chì si verificanu fisicamente è mentalmente funzionanu senza esse sfidati à avanzà. Sfidendu sè stessu per avanzà è canalizà l'energia core in una direzione scelta hè essenziale. Tali canalizzazioni di l'energia cù passi specifichi in avanti hè una realizzazione maiò chì hà impatti nantu à tutte e 12 dimensioni (vede a Figura 1) in una certa misura. L'energia di u core hè

naturalmente raffinata è rinfurzata ancu quandu si piglianu passi per alluntanassi da e zone di cunfortu. Quandu unu si move per una zona di cunfortu, unu permette à a so energia di mantene fresca è viva piuttosto chè debbuli. A perdita di l'energia core si trova quandu unu hè stagnatu in una zona di cunfortu è u flussu dinamicu di l'energia si ferma. Cum'è un fiume chì scorri dinamicamente cambia è avanza, u flussu dinamicu di l'energia di u core hà una grande forza per spinghje à traversu diverse zone di cunfortu è furnisce una sperienza più grande in parechji aspetti di a vita. Cù u ricunniscenza, cum'è u famosu filòsufu grecu, Eraclitu hà dichjaratu chì nimu ùn pò marchjà in u stessu fiumu duie volte, u "fiume chì curre" di l'energia dinamica pigliarà unu da un locu à l'altu, mantene a so vita chì scorri più in più versu più grande. è più sviluppi / rializzazioni. Una zona di cunfortu hè un locu induve a mente è u corpu sò in un certu statu energeticu induve ci hè quiete è chì eventualmente dissipa l'energia almacenata per u fattu chì ci hè una diminuzione di sta energia. Stu pruceddu di diminuzione accade perchè ùn ci hè micca una nova regenerazione di energia in una zona di cunfortu. Dopu tuttu, u corpu ùn hà micca bisognu di una nova energia in quella zona. Ùn ci hè nunda di novu chì si trova in a zona di cunfortu perchè unu hè in un statu di satisfazione saturata. A permanenza in e zone di cunfortu eventualmente cumencia à dissiparà è diminuite l'energia per mancanza di regenerazione è stagnazione sustinuta. I tentativi di prugressu fora di e zone di cunfortu ponenu u corpu è a mente in possibbilmente una realtà scossa basatu annantu à u tipu di scopi chì unu prova à ottene. Un pò ancu generà è attivà livelli intensi di energia, soprattuttu in situazioni estremi induve a sopravvivenza pò esse in ghjocu. (Stu autore hà sperimentatu livelli intensi di energia mentre cullà u Mt. Everest è hà una cunniscenza sperimentale di l'energia intensa attivata.) Di sicuru, a progressione di ogni persona di solitu ùn hà micca scopi estremamente difficili, ma ci hè una forte pussibilità di ottene grandi alture in a vita quandu l'energia di u core hè attivata significativamente mentre spinghja attraversu e zone di cunfortu. In a vita di

l'autore, ci sò state parecchie volte quandu si hè deliberatamente pusatu in situazioni estremi induve l'energia di u core era abbastanza attiva per via di a sopravvivenza di unu chì era forse in ghjocu. In tali Situazioni estreme, l'autore hà sperimentatu u putere primariu induve diverse tipi di energia si sveglianu chì hè generata da l'internu di u corpu. Di sicuru, l'autore ùn hè micca cunsigliatu à e persone per mette in situazioni estremi necessariamente in questu modu, ma l'autore hà sperimentatu un tali fenomenu in parecchi sforzi diffirenti, cum'è l'ascensione di u Mt. Everest. Una cunniscenza sperimentale di l'energia intensa attivata esiste in l'esperienze di l'autore è hè indicativa di u fattu chì ogni esse umanu pò attivà stu putere, unicu, cum'è applicabile è desideratu. Ancu una frazzioni di stu putere, s'ellu diventa attivu, hà un potenziale tremendu per vivificà tutte e 12 dimensioni (Figura 1) è furnisce a vita cù una grande chiarezza è un prugressu dinamicu chì cuntinueghja in tutta a vita.

U desideriu di avanzà in a vita hè necessariu per alluntanassi da una zona di cunfortu induve un tali desideriu pò generà idee novi. Se unu si mette in certi tipi di sforzi difficili o sub-ubiettivi per ghjunghje à u scopu più grande, allora ci hè ogni pussibilità di sveglià un tremendu putere energeticu core. Da quellu risvegliu, sò novi idee è creatività cù una visione più larga di a realizzazione di u scopu. Questu hè bisognu di u sviluppu di una mentalità orientata à u prucessu mentre si move psicologicamente fora di una mentalità centrata in i risultati.

In circustanze induve unu hè circondatu da pericoli esistenziali o da un certu tipu d'adversità, u corpu risponde venendu cun un approcciu innovativu per risponde à situazioni estremamente difficili. Nove idee spuntanu in a mente è l'energia si sveglia più. Ci hè certamente alti è bassi, in particolare quandu unu prova di alluntanassi da a so zona di cunfortu. U corpu libera diversi hormoni è ci sò parecchi tipi di reazzioni, chì varieghja da

l'exaltation à u dolore fisicu / emutivu. A chjave hè di alluntanassi da a zona di cunfortu è di fà in modu sicuru per pudè ottene l'eccitazione / l'eccitazione è parechje altre boni esperienze, purtendu à u prugressu cuntinuu à u prossimu livellu in a realizzazione di scopi più grande. Pò esse inequivocabilmente dichjaratu ch'è l'ingaghjamentu in l'esperienze oltre a zona di cunfortu hà bisognu di l'attivazione di l'energia core, in una certa misura o in l'altru. L'ansietà, l'autodubbitu è i pinsamenti auto-sconfitti sò eliminati da l'attivazione di l'energia di u core quandu si move in una zona di espansione è crescita. Quandu unu hè successu à spustà ancu un pocu fora di a zona di cunfortu, ci hè una sperienza individualizata di successu ch'è aumenta l'entusiasm, a motivazione è u zelu.

Vede a Figura 27 in l'Appendice - Diagramma di Core Energy & Zones

Per piacè vede a Figura 28 in l'Appendice - Statu di flussu è Sposta fora di a Zona di Confortu

Vede a Figura 29 in l'Appendice - Diagrammi di u Statu di Flussu

IMPEGNI E SUPERA A RESISTENZA INTERNA / ESTERNA

A progressione in a vita hè pussibile solu cù impegnu. L'impegnu permette à un individu di sceglie trà una varietà di percorsi è pussibilità diffirenti, basatu nantu à i so scopi è i so desideri. Resta coherente versu una strada impegnata esige perseveranza è mette continuamente a so energia in direzione progressiva. L'impegnu hè un statu di mente ch'è ghjunghje à a solidificazione per l'intensità di u so desideriu di ghjunghje ogni scopu. L'energia core hè attivata per solidificà l'impegnu è resettate a mente in una mentalità orientata à u prucessu (vede u capitulu 7). A resistenza interna si trova quandu unu prova di mantene l'impegnu. A ricunosce ch'è l'energia di u core pò sfondà sta resistenza hè pussibile per via di una coltivazione attenta è sfruttamentu di l'energia di u core per azione deliberata. L'azione

deliberata permette à u so prucessu di decisione per funziunà in cunsonanza cù i scopi scelti. L'energia segue naturalmente u percorsu di a decisione è eventualmente rompe a resistenza interna.

A resistenza esterna si riferisce à ostaculi o difficoltà chì unu face. A stessa energia core rinforza u corpu è a mente per sfondà questi ostaculi basati nantu à e so circostanze. Mantene una vista à 360 gradi di e circostanze di a vita permette di dirighjenu attentamente l'energia per u sviluppu generale. Dunque, a resistenza interna è esterna diminuisce naturalmente, è si pò stà in una mentalità orientata à u prucessu.

ABBRACCE RISCHI E RECOMPENSA IN CUSTODIA

U risicu è a ricumpensa sò naturalmente parte di a vita. Per abbraccià tramindui attentamente esige una visione chjara di i danni chì ponu accade cù certi risichi è ancu di ricunnosce chì certi premii ponu ancu causà danni. A prevenzione di danni in e dimensioni 12 (vede a Figura 1) di a vita hè centrale per abbraccià una varietà di risichi è sperimentà certi premii. A ricerca di ricumpensa chì vene cun un risicu più altu di causà danni più grande deve esse messi da parte, attentamente. Senza mette in mente queste da parte, unu pò esse attrattu da certe ricumpensa per via di a putenza di a so sperienza induve l'esperienza gratificante pò causà danni significativi à l'energia core. Per ùn dannà l'energia di u core è attentamente (cun cura, cun prudenza) impegnà in attività versu una progressione ulteriore porta à l'almacenamiento di vitamina M è una pace mentale considerable.

*L'UTILIZZAZIONE CONSENTIVITA DI VITAMINA M MENTRE
MANTENENDE L'IMMAGAZZINI DI VITAMINA M INTACT, REDUCE
RISCHI INNECESSARI...*

-- RICKY SINGH

FUNDAZIONE DI EQUILIBRIO PER L'ECCELLENZA

L'eccellenza hè un statu di funziunamentu chì risulta quandu u veru equilibriu di tutte e 12 dimensioni di a vita si trova. Funzioni di l'energia core per u so benefiziu in tutte e 12 dimensioni cum'è ghjunghje à un statu di coesione funziunale. In un tali statu, ognunu di i 12 dimensioni righjunghji un statu interconnected di funziunamentu. Unu di i più grandi ostaculi per ghjunghje à questu statu hè i desideri contradictori / cunflitti. U megliu usu di soldi in tutte e dimensioni 12 naturalmente portà a fine di parechji cunflitti è cuntradizioni in a so vita. U soldi, quandu s'utilice cun rispettu crea una grande fundazione nantu à quale si sviluppa un statu di eccellenza. A seguita di a passione in a vita permette un raffinamentu di l'energia in modu chì sperienze più grande in a diversità di a vita ponu accade senza dannà a so fundazione. A solidificazione di a so fundazione hè a chjave per sviluppà, mantene è rinforzà u so statu di eccellenza. L'almacenamiento di Vitamina M (psicologicamente) furnisce a putenza per sperimentà a vita in modu chì a fundazione ùn hè micca dannata. A civilizzazione umana hè afflitta di dannà u so putere mentale per ùn sviluppà una basa energetica solida è usendu soldi impulsively.

CAPITOLU 3
VITAMINA M & rinforza u
corpu fisicu

FÀ U CORPU FISICA SANU

Un corpu sanu hè u fundamentu di a vita. Senza un corpu sanu, a progressione hè difficiule, se micca quasi impossibile. A cunessione trà a salute di u corpu fisicu è a Vitamina M pò esse capitu da ricunnosce chì mantene u corpu sanu hà parecchje esigenze. A dieta ghjusta, i boni tipi di exerciziu è movimentu, etc. sò tutti necessari per a megliu funzione di u corpu fisicu.

I benefici di un corpu sano in cunessione cù a vitamina M sò i seguenti:

- a) Un corpu fisicu sanu permette à unu di travaglià in un travagliu o affari è guadagnà soldi. U soldi guadagnatu pò esse salvatu fisicu è psicologicu cum'è Vitamina M.
- b) Diversi sperienze in a vita sò pussibili via un corpu sanu, cum'è piglià viaghji, vacanze, etc. Tutte l'esperienze in u mondu materiale sò pussibili per via di un corpu fisicu sanu. A salute più grande furnisce esperienze rinforzate in u cuntestu generale di e so finanze.
- c) Piglià a so vita è si senti bè nantu à e scelte fatte in quantu à l'almacenamiento di Vitamina M, hè sempre più pussibile cum'è a salute aumenta.
- d) Aumenta l'energia è sperimenta più fitness cunnetta direttamente cù u putere di a vitamina M in a mente.
- e) A pussibilità di esse un bonu mudellu per a famiglia è l'amichi in quantu à u megliu usu di soldi, tempu è energia hà una potenziale maiò cù un corpu sanu.

Mantene una vista realistica è equilibrata di i soldi hè un modu naturali è energeticu di fà u corpu sanu. Overindulgence in food, drink, sens enjoyments, vici, etc., face u corpu fisicu à spustà fora di equilibriu naturali, risultatu in usu di più soldi per riparà u dannu causatu a causa di misuse di soldi. Questu diventa un ciculu viziosu chì pò esse rottu da a realizzazione chì i soldi sò da esse rispettati cum'è energia è abusing / abusing possibbilmente generà ciculi vicious.

ENERGIA DENTRO U CORPO FISICA E CRESCITURA FINANZIARIA

U corpu fisicu hà energia, è hè direttamente cunnessu cù a crescita finanziaria. Ciascuna di l'idee seguenti mostrate quì sottu discute sta cunnessione:

- a) U corpu fisicu hè un mezzu per ottene i so scopi utilizendu soldi è sviluppandu un corpu sanu in u megliu modu pussibile.
- b) Un corpu sanu hè un mezzu per migliurà u statu emutivu / mentale per arrivà à un livellu più altu in a vita.
- c) A cura di u so corpu permette di sperimentà a vita in parechje manere...
- d) Un corpu sanu permette di mantene i ciculi di u sonnu regolare è altri mudelli chì tutti funzionanu megliu quandu ci hè una accumulazione più grande di vitamina M psicologicamente.
- e) U travagliu per soldi pò prудuce a fiducia è a fiertà di u so travagliu. U soldi guadagnatu produce un impattu pusitivu in a mente è aumenta l'autostima è l'immagine di sè. U travagliu richiede un corpu sano è energia in un tali corpu prumove a crescita finanziaria.

MIGLIORAZIONE DI SALUTE FISICA & SLIGLIA DI CROSSING

A rinfurzà a salute fisica hè assai ligata à traversu i soglia in parechje manere, cum'è seguita:

- a) L'attraversamentu di i soglia hè assai simili à u movimentu fora di a zona di cunfortu chì esige un desideriu di passà un sogliu.
- b) Sviluppà un corpu fisicu più sanu richiede eserciziu / movimentu di bona qualità, una bona dieta è una mente stabile. Cum'è unu aumenta l'attività fisica (basatu nantu à i cunsiglii medichi è i desideri persunali), una varietà di cambiamenti si verificanu in u corpu induve l'energia core hè utilizzata per alimentà questi cambiamenti.

c) U soldi hè necessariu, in una certa misura o un altru, per rinforzà a salute fisica. Ferma l'abuso è l'abuso di soldi permette à e so finanzia di esse utilizzati per u sviluppu di a salute fisica.

d) Ci hè una cunessione maiò trà u corpu è a mente. A decisione di attraversà certi limiti in quantu à a salute fisica richiede u megliu usu di u putere mentale in una attività cusì sustinuta.

e) L'attraversu i soglia prumove a fiducia in sè stessu, soprattuttu quandu i soldi sò usati per tali attività chì anu boni effetti pusitivi nantu à a salute generale.

f) U miglioramentu di a salute fisica furnisce l'energia supplementaria à tutte e 12 dimensioni di a so vita induve a Vitamina M hè più accumulata è spesa cù cura senza causà danni in alcuna zona di a vita.

BALANCE DECISIONAL: AUTOEFFICACIA VS. TENTAZIONE

A vita hè piena di decisioni à ogni volta. Piglià e decisioni ghjustificate per u sviluppu ulteriore ci vole à esaminà l'autoefficacità versus a tentazione. L'autoefficacità hè un cuncettu psicologicu in quantu si pò seguità un cursu d'azione è affruntà diverse situazioni chì ponu devià unu da un cursu sceltu. A tentazione hè ancu un statu psicologicu chì deflects unu da u cursu di l'azione sceltu è pò causà assai prublemi. Quelli chì mantene l'attenzione nantu à u sviluppu di a vitamina M pò stà in un statu d'autoefficacità è cuntinueghja a progressione dinamica, senza tentazione. A tentazione si trova per una mancanza di satisfaczione in a so vita, soprattuttu chì unu prova di avanzà più in una strada scelta. L'autoefficacità hè a percezione di a capacità persunale per ghjunghje à ogni scopu specificu è porta à un aumentu di l'autostima, l'autostima è a fiducia in sè stessu, è l'autovalutazione di u core pusitivu. L'aumentu di l'autovalutazione di u core si traduce in un locu di cuntrollu aumentatu, risultati pusitivi di u travagliu, una satisfaczione di u travagliu megliu è un rendimentu di u travagliu miglioratu. L'effettu generale hè l'accumulazione di Vitamina M, chì hà un effettu energeticu in tutti i spazii di a vita.

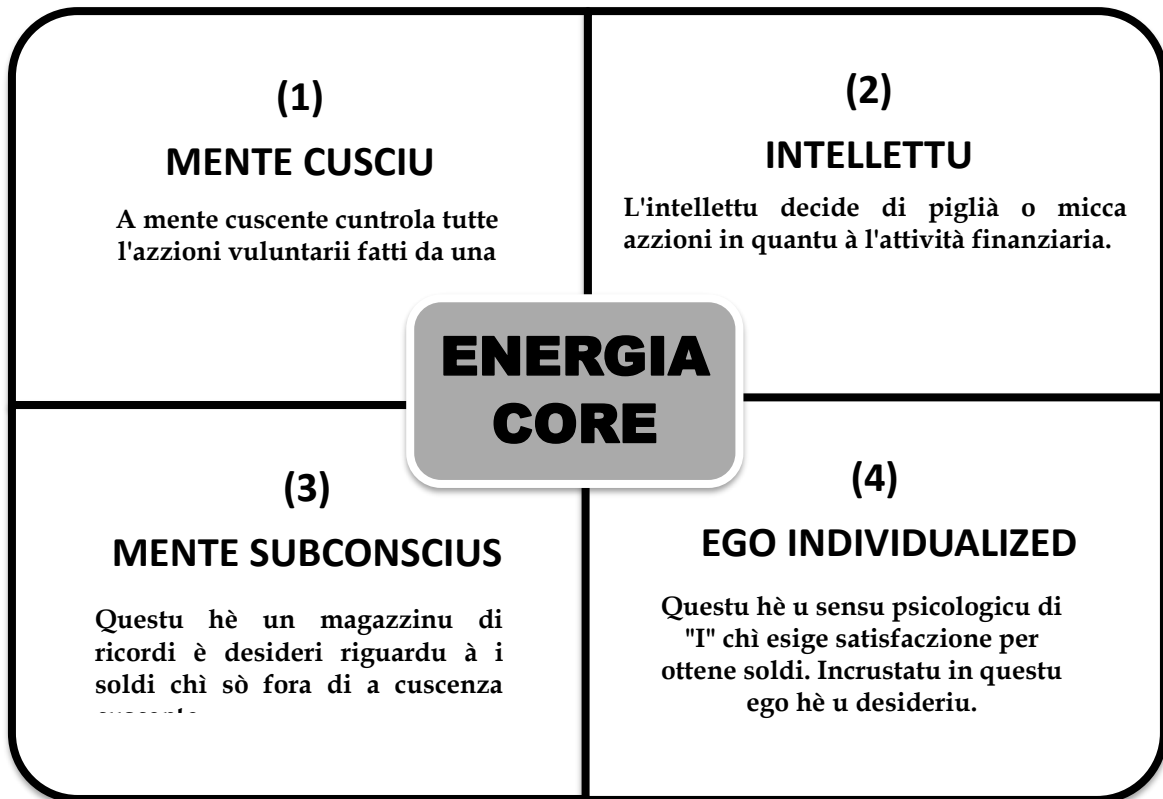
CAPITOLU 4

VITAMINA M & FORZA A MENTE

QUÈ A MENTE?

In a nostra discussione di a mente, unu deve ammette chì ùn ci hè, forse, micca un misteru più grande in a vita chì a so propria mente. A "mente hè u settore di facultà cognitive chì permette a cuscenza, a percezione, u pensamentu, u ghjudiziu è a memoria. Hè presente in ogni esse umanu.⁶⁹ "Ognunu di noi hè cuscente di a nostra mente chì prduce una varietà di pinsamenti, emozioni, sentimenti è desideri. A figura 5 mostrata quì sottu, mostra quattu aspetti interconnessi di ciò chì hè cunnisciutu com'è "mente" è mostra ancu chì l'energia core esiste in ogni aspectu di questu.

FIGURA 5
QUATRE ASPETTI DI L'ENERGIA MENTE & CORE



L'energia core anima a mente cuscente, l'intellettu, a mente subconsciousente è l'ego, cum'è illustratu in a figura sopra (Figura 5). Per capiscenu questu cun più chjarità, quì sò uni pochi d'esempii chì illustranu cumu questa energia core hè utilizzata da i quattru aspetti di a mente:

1) A mente cuscente cuntrola tutte l'azzioni voluntarii. L'energia necessaria per spustà u corpu, per cuntrarà i muscoli, per move l'osse, etc., hè l'energia neuropsicologica, l'energia musculare, è in un sensu generale, tutta l'energia fisiologica. Sta energia hà a so fonte ultimamente da u sole. L'energia di u sole hè trasmessa in l'alimentu chì manghjemu, è i nostri corpi rompenu l'alimentu in moléculu più simplici. Queste moléculu anu energia chì hè poi trasfurmata ultimamente in energia core (manifestata cum'è energia finanziaria), chì una forma raffinata di l'energia chì hè almacenata da l'alimentu chì hè stata cunsumata.

2) L'intellettu decide di piglià o micca azzione, cumpresa l'attività finanziaria. A capacità di decisione in u cervellu umanu usa energia. L'energia di vitamina M cunservata (per via di tecniche di cunservazione o sublimazione naturale) dà un grande putere à l'intellettu. In a maiò parte di a ghjente, ci hè cunfusione annantu à parechje decisioni chì deve esse fattu in a vita. L'intellettu chì hè infusu cù l'energia mentale raffinata hà aumentatu a capacità di pensà à parechje opzioni, visualizà i pro è i contra, è piglià decisioni cù una visione larga.

3) A mente subconsciousente hè un magazzinu di ricordi è brami chì sò stati accumulati da a nascita. L'esperienze passate di piacè ponenu pressione nantu à a mente cuscente per ripruverà u listessu piacè in quantu à diversi piacè. A mente subconsciousente opera in u sfondate è ùn hè micca in cuscenza consciente. Duranti u statu di u sognu, u cuntenutu in a mente subconsciousente emergerà. L'energia necessaria per creà u mondu di i sogni hè energia neuropsicologica. Se sta energia in una forma raffinata (vale à dì, trasmutazione di l'energia core), hè cunservata, tale cunservazione hà a capacità di eventualmente piglià unu in un statu di sonnu riposu senza sognu eccessivu. Sognu utilizza una quantità copiosa di energia. Se u sognu diminuisce, ci hè una calma più grande in a mente per via chì a mente hà una energia rinfurzata. Questa energia hè soprattuttu frammentata è distorta in u statu di sognu. A cuncentrazione di frammenti si trova in a creazione di u mondu di i sogni. A creazione di u mondu di i sogni usa una grande quantità d'energia chì hè persa per via di cunflitti profondi è cunfusioni chì strappanu l'energia core per creà u mondu di i sogni. I meditati avanzati anu a capacità di "pulizzari" u statu di u sognu, risultatu in a qualità di i sogni chì diventanu pusitivi, è eventualmente a quantità di sognu diminuisce sustancialmente in un statu chjamatu "yoga Nidra". Questu hè un statu induve tutti l'effetti

di frammentazione di l'energia anu finitu, è u statu di sognu hè statu trasformatu in un statu prufondamente restauratore. Stu livellu di pace profonda à a notte (Yog Nidra) hè pussibile via a cunservazione di Vitamina M.

4) L'ego individualizatu hè u sensu psicologicu di "I" chì esige i desideri di satisfazione ligati à i soldi. Incrustatu in questu ego hè u desideriu. Stu "I" hè a so identità psicologica chì usa una grande energia per suddisfà i desideri. U desideriu hè intimamente assuciatu cù u "I" è a pressione di u desideriu esige sollievu induve u "I" è l'"impulsi di u desideriu" sò essenzialmente unu. L'ego travaglia cù l'intellettu, a mente cuscente è a mente subconsciente per suddisfà i desideri.

L'ego hè u fattore divisoriu in a vita. U desideriu è l'ego sò intimamente cunnessi. A meditazione permette di vede a differenza trà u desideriu è l'ego, è sta differenza porta à a libertà interna. In questa libertà, l'energia di u core hè utilizzata da a so intelligenza per una crescita fabulosa in a so vita esterna è interna.

-- Ricky Singh

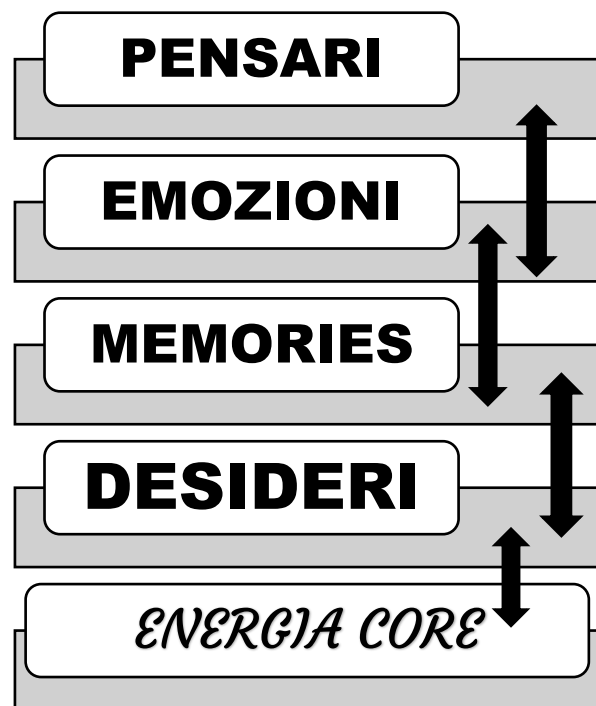
Quando unu decide di avanzà più in a vita, sta decisione genera ligami meravigliosi trà l'energia core è i quattru aspetti di a mente. Quando l'azzioni cuscenti sò pigliate attraversu questa interconnessione, u putere di Vitamina M si rinforza mentalmente à causa di piantà l'abusu /abusu di soldi.

-- Ricky Singh

PENSIERI-EMOZIONI-MEMORIES-DESIRE & DENARI

A figura 6 (sottu) illustra u flussu di energia in a struttura interconnessa di pinsamenti, emozioni, memoria è desideriu. Semu cuscenti di u nostru mondu internu chì hè un cumpostu di pinsamenti, emozioni, ricordi è desideri. L'energia chì scorri à traversu stu mondu internu hè l'energia di u core. A creazione di un flussu equilibratu di sta energia hè in u core di u sviluppu persunale è a crescita. U desideriu di sviluppu in 12 dimensioni di a so vita permette à unu di utilizà l'energia core in u megliu modu pussibule per portà positività è armunia cù u cumpostu di pinsamenti, emozioni, ricordi è desideri.

FIGURA 6
PENSIERI-EMOZIONI-MEMORIES-DESIRE & DIAGRAMA
ENERGIA



MENTE-FISIOLOGIA & CORE ENERGY

Ci hè una cunnessione diretta trà a so mente, a fisiologia di u corpu fisicu è l'energia di u core. L'interconnessione trà a vitamina M è a cunnessione mente-corpu-energia hè a seguente:

1) A mente umana hè, senza dubbitu, unu di i prucessi più misteriosi in l'esistenza. Puderà almacenà a vitamina M basatu nantu à a visione di soldi salvati. Stu almacenamentu mentale di vitamina M hà effetti pusitivi diretti nantu à a funzione di u corpu. A perdita di vitamina M, soprattuttu a perdita rapida per e decisioni poveri, hà u potenziale di destabilizzà a fisiologia di u corpu.

2) L'energia scorri attraversu tutti i 11 sistemi fisiologici di u corpu. Questi includenu u sistema tegumentariu, u sistema scheletricu, u sistema muscular, u sistema linfaticu, u sistema respiratorju, u sistema digestivu, u sistema nervu, u sistema endocrine, u sistema cardiovascular, u sistema urinariu è u sistema riproduttivu.⁶³ U corpu è a mente utilizzanu a stessa energia è a mancanza di integrazione propria di energia impedisce à un individu u impedisce à l'umanità (in generale) di ghjunghje à un statu di u equilibriu tutale. A vitamina M hè una putenza sottile ma assai reale esistente in a mente di una persona cum'è cunnessa cù tutti l'11 sistemi fisiologici.

3) A necessità di equilibriu è di rinfurzà di l'energia core hè essenziale in a civiltà umana per fà un veru prugressu internu è esternu. Un veru equilibriu mente-corpu deve include integrazione finanziaria in questu equilibriu. Un dichjarazione equilibrata ùn pò micca esse senza questa integrazione.

4) Quandu u so putere internu smette di esse persi per via di cunflitti / cuntradizioni interni è esterni chì si verificanu per una varietà di circustanze di a vita, a cunsirvazione è a rivitalizzazione di u putere persunale sò naturalmente. Questa rivitalizzazione si faci ricunnosce chì u corpu è a mente pò esse dannatu da cunflitti / cuntradizioni. U megliu usu di vitamina M pò aiutà à risolve tali danni.

5) Una volta ch'è a perdita di energia hè rilevata è poi fermata, si pò aduprà quella energia in ogni mumentu, in modu sanu è appropriatu, per un sviluppu ulteriore mentre aumenta l'equilibriu omeostaticu.

6) A distinzione trà usu benefica versus usu dannusu di l'energia deve esse chjaru. Senza questa chiarezza, u dannu à l'energia core, in particolare u putere finanziariu, hè inevitabile.

7) Emozioni negativi (vale à dì, rabbia, preoccupazione, tensione, timore, etc.) creanu cambiamenti fisichi currispondenti in u corpu, impactendu a fisiologia di u corpu. Parechje aspetti etiologici (causative) di malatie longu o cronica ponu esse prevenuti nantu à a qualità di u flussu internu di l'energia.

8) L'attivazione di l'energia di u core pusitivu pò esse facilitate a guariscenza di diversi tipi di danni ch'è pò esse accaduti in tutte e 12 dimensioni di a vita.

9) Una perdita considerabile di energia si trova psicologica, mentale, internamente è esternamente perchè u mondu internu hè in un statu di cunfusione, cunflittu, indecisione, incertezza, etc.

10) I pinsamenti è l'emozioni sò interconnessi è si movenu in diverse direzzione. A ricunniscenza di u dannu à l'iniziu di prucedu in ogni direzzione permette di vultà i prucessi dannosi è di mette a mente versu una strada di progressione benefica, ch'è porta à i migliori risultati.

11) A maestria di i pinsamenti è l'emozioni richiede a cuscenza di u so condizionamentu. A vera maestria porta à l'energia ghjunghje à un statu di funziunamentu sacru. L'energia, in un tali funziunamentu, righjunghji un statu sacru. A parolla "sacru" pò esse aduprata in un sensu religiosu o sensu micca religiosu basatu annantu à e so inclinazioni è e credenze. Hè stata utilizzata da l'autore per riferite à sviluppi straordinarii in a vita perchè l'energia stessu hè u fundamentu di tutti i prucessi fisichi è mentali ch'è causanu attività in a vita.

12) A vita hà bisognu di energia. Quandu l'energia si dissipa completamente è righjunghji un statu di non-funzionalità (un statu zero di energia), ch'è pò esse chjamatu morte fisica.

L'energia di a vita (energia di u core) hè estremamente preziosa cumu si manifesta à traversu a multitudine di reazzioni chimichi chì attraversanu u corpu è a mente.

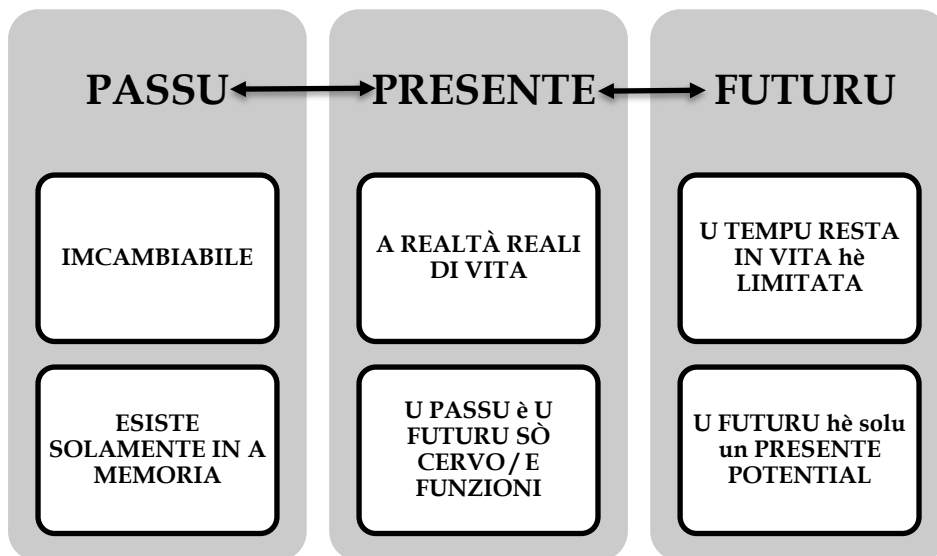
13) U corpu umanu pò esse conceptualizatu cum'è una reazione chimica assai intricata. Ci hè un numeru incredibile di reazzione biochimica chì si trovanu in u corpu, rispunsevuli di e so sperienze di vita. Pussessione, utilizzazione, guadagni è perdita di soldi in diversi cuntesti impactanu direttamente u trasferimentu biochimicu / usu / perdita / etc., di energia fisiologica / psicologica.

14) L'abilità di mantene a so putenza equilibrata è in un statu di bonu almacenamentu prumove una potenziale ulteriore per stà in l'esperienza attuale di a vita piuttosto chè di trasformà in preoccupazioni future è / o rimpianti passati.

U rinforzà a mente hè una parte essenziale di u sviluppu è a cunservazione di a vitamina M. I figuri 7, 8 è 9 illustranu a relazione trà a vitamina M, rinforzà a mente è l'energia core.

A PREZIOSA DI TEMPU

FIGURA 7
PASSU - PRESENTE - FUTURU



U tempu chì resta in a so vita hè estremamente preziosu per u fattu chì una volta chì u tempu hè andatu, ùn torna mai più. A Figura 7 sopra illustra u tempu di u calendariu è u tempu psicologicu. U tempu di u calendariu hè u ciculu di 24 ore è u tempu psicologicu hè u passatu, u presente è u futuru chì hè generatu in a mente. Eccu l'osservazioni in quantu à u tempu in relazione à u putere di vitamina M:

1) U tempu chì resta in a vita diminuisce ogni soldi è per visualizà chjaramente stu fattu, accettà, è onore permette u almacenamentu è l'usu di Vitamina M in u megliu modu pussibile in u presente.

2) Ogni azione fatta ogni ghjornu pò prumove a progressione, regressione o stagnazione. L'accumulazione di vitamina M si faci via a progressione. A regressione di vitamina M si trova per via di l'abusu è l'abusu di soldi. A stagnazione di a vitamina M hè dovuta à l'arrestu di u flussu di energia dinamica in a mente.

3) A ricunniscenza chjaramente è meditativamente a preziosità di u tempu permette à unu di utilizà a vitamina M per creà u massimu benefiziu in tutte e 12 dimensioni (Figura 1) di a vita.

4) U soldi è u tempu sò tramindui estremamente preziosi. In ogni mumentu, solu una quantità limitata hè presente. A ricunniscenza di u tempu è di i soldi cum'è limitati, permette di mette l'attenzione à u sviluppu persunale utilizendu l'energia core. Ùn si pò pussede una quantità infinita di soldi, è per quessa, u pussessu di soldi hè limitatu. In conseguenza, unu pò principià attività meditative, religiose è / o spirituali per via di una cunniscenza dura chì u tempu chì resta in a so vita si riduce ogni secondu è ùn hè micca cunnisciutu quantu tempu resta.

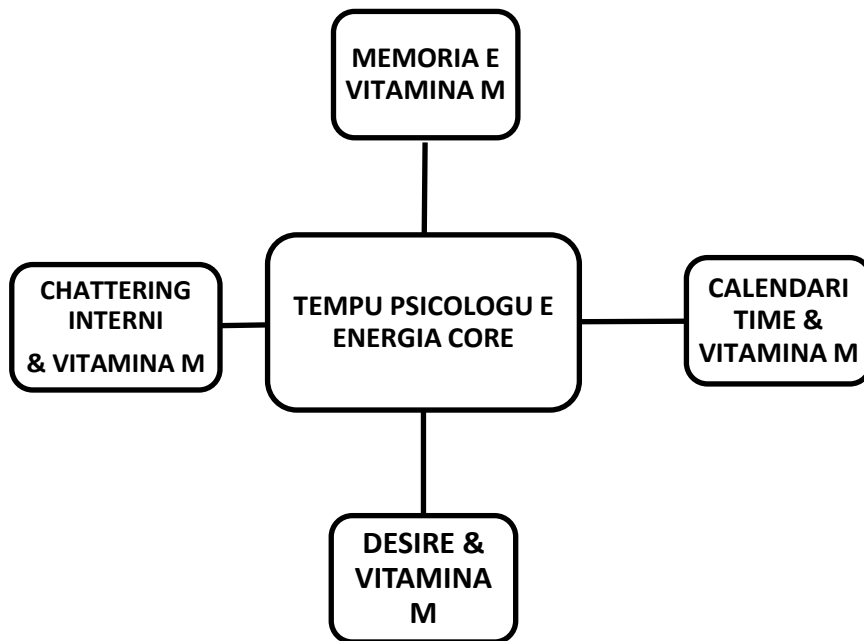
5) U soldi hè una modalità transazione di putenza cruda è pussede direttamente aumenta Vitamina M. Se unu capisce chì u tempu sminuisce ogni secondu, a Vitamina M pò ancu

crece per piglià unu in un statu straordinariu di campà una vita piena, senza ripetiri vechji è. ciculi dannosi chì cunsumanu tempu è drenanu energia.

MEMORIA, CHATTERING INTERNI, TEMPU CALENDARI, E DESIRE

FIGURA 8

MEMORIA, CHATTERING INTERNI, TEMPU CALENDARI, E DESIRE



A figura 8 mostra sopra, illustra quattro aspetti principali di cunessione di a realtà interna è esterna cù u tempu psicologu. A memoria, u desideriu, u chattering internu è u tempu di u calendariu sò tutti ligati cù u tempu psicologu. A cuscenza di a preziosità di u tempu (cum'è dichjaratu prima) aumenta a vitamina M, sveglia l'energia di u core, è prumove a megliu decisione in a vita. U chattering internu hè un discorsu di sè stessu chì hè rispunsevuli di utilizà a vitamina M. Ogni persona hà ricordi nantu à

l'avvenimenti passati chî ponu sia serve com'è una guida significativa o schiavi in u passatu.

U tempu psicologicu hè una creazione di a mente umana induve a mente hè generalmente salta trà u passatu è u futuru, senza esse cumpletamente in u presente. U desideriu hè una forza potente chî motiva ogni persona à fà azzione in u mondu. U desideriu usa una energia immensa per rializà sè stessu è usa l'intellettu per truvà modi per suddisfà. U magazzinu di l'energia in u desideriu pò esse trasmutatu in espansioni di l'imaginazione, aumentu di a creatività, di migliurà a fiducia in sè stessu è di piacè di piacè più fini. Quellu chî hà un forte desideriu di soldi cerca a gratificazione è l'esperienze rinforzate in u mondu materiale. U soldi hè una di e forze motrici più potenti in a mente. A sperimentazione migliorata via l'utilizzazione di soldi pò esse veramente convincente. Hè pussibile sfruttà è reindirizzà in mente l'energia core, u putere finanziariu è u putere mentale in parecije forze creative. Un pò aduprà sta energia in parecije manere chî ponu elevà unu da u funziunamentu psicologicu limitatu à alture straordinarie in a vita. Quandu a vitamina M hè cunservata,

unu naturalmente principia à stà più in u mumentu presente è micca esse afflittu da u turmentu di u tempu psicologicu. Ci hè a pussibilità di una prodigiosa ricchezza interna è esterna chî s'accumuleghja per via di a conservazione è a trasmutazione di a vitamina M (vale à dì, un almacenamentu aumentatu di vitamina M in una forma raffinata). L'energia hà sempre bisognu di sbocchi è se questi sbocchi sò u putere di Vitamina M, si pò veramente ghjunghje sin'à alture straordinarie.

Ùn ci hè nunda più preziosu in a vita chì u tempu. Una volta chì hè andatu, ùn torna mai più. L'attivazione di a vitamina M tira unu in u mumentu prisente. Imbulighjate a meditazione cù a vitamina M mantene unu in u mumentu prisente. A trasmutazione di l'energia core hè vive una vita estatica in equilibriu tutale.

-- Ricky Singh

A chiacchierata interna (vale à dì, l'autodiscussione) diminuisce quandu l'accumulazione di vitamina M principia. A maestria di l'energia core riduce a freccia di chattering internu, risultatu in a cunservazione di l'energia. Questa cunservazione rinforza a mente per via di a cristallizzazione di l'energia induve a mente hè solu aduprata com'è strumentu è micca constantemente accesa. Sò a mente o sì diversu da a mente? Sè vo site diversu da a vostra mente, allora site u maestru, è a mente hè u vostru strumentu. L'usu intelligente è benefica di sta strumentu hè pussibile quandu l'energia si cristallizza in sè stessu.

-- Ricky Singh

USE, MISUSE, & ABUSE DI MONEY

Si pò vede chì a forza mentale hè necessaria per mantene a clarità nantu à e sfere trè trà l'usu, l'abusu è l'abusu di soldi in u cuntestu di a Vitamina M. A vitamina M hè una energia chì pò esse usata per u benefiziu è u sviluppu ulteriore è pò ancu esse abusatu è ancu abusatu. Dati sti trè distinzioni, hè pussibile aduprà u putere finanziariu, in quantu unu pò avè, in una manera chì pò sviluppà è attivà l'energia di u core internu. U più sviluppu è l'attivazione di l'energia core interna hè u megliu usu pussibile di soldi. Quandu i soldi sò utilizzati in u sviluppu di l'energia di u core in relazione o in

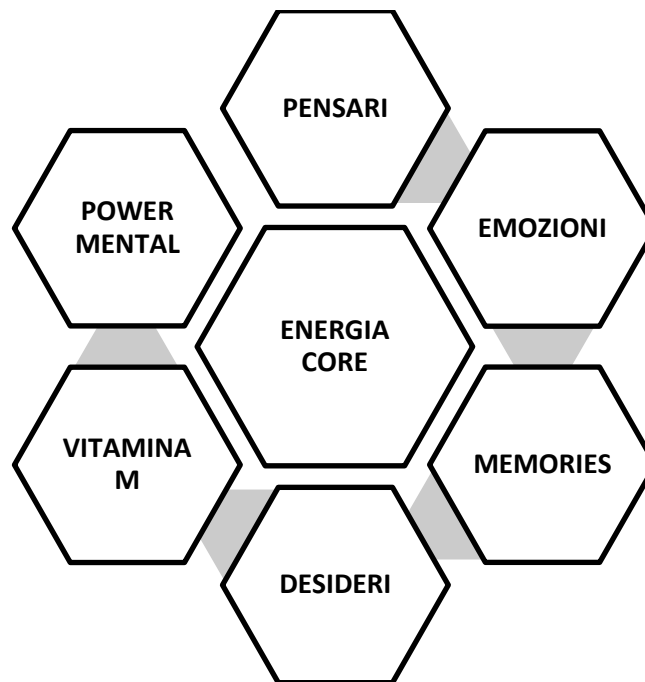
u cuntestu di e 12 dimensioni di a so vita, esiste a pussibilità di vivificà ognuna di e 12 dimensioni di a vita per ogni dollaru spesu. L'utilizzazione attenta di ogni dollaru aumenta l'attivazione di l'energia core è crea u megliu ambiente psicologicu pussibile per l'utilizzazione di vitamina M. A vitamina M hè una forma cuncentrata di energia psicologica chì deve esse usata cun cura induve (ideale) ùn ci hè micca un sbilanciamentu creatu o dannu creatu in alcuna di e 12 spazii. A capacità di distinguishà trà u megliu usu pussibile di soldi versus misuse è abusu hè parti di u putere intellettuale o putenza energetica intellettuale. U putere intellettuale, u putere raziunale è u putere attente permettenu à un individu u retrocede è micca solu agisce per impulsu induve l'abusu è l'abusu pò accade.

Quandu avemu cunsideratu u significatu di a parolla "abusu", si riferisce à u modu sbagliatu per pruvà à ottene un certu scopu o un scopu sbagliatu. pò ancu riferite à u fattu chì ci hè a misapplication di energia è l'usu impropriu di soldi. Dunque, l'abusu hè diversu da u megliu usu pussibile di soldi. I misuses anu parechji aspetti per elli cum'è l'usu di i soldi per creà una sperienza o per cumprà un pruduttu chì ùn hè micca bisognu. Unu pò vulete cumprà articuli chì dannu a vitamina M hè abusu. Stopping u misuse di Vitamina M psicologicu, è di sicuru fisicu, in quantu à i soldi, ristabilisce u megliu usu propiu. Quandu avemu cunsideratu a parolla abusu, si riferisce à l'usu di soldi per dannu, per dannu deliberatu à qualcunu altru, o ancu à sè stessu. Ancu s'è qualchì volta l'intenzione pò esse micca dannusu, ma pò esse dannu. Situazioni abusive cù l'utilizzazione di soldi sò quandu i soldi sò usati per causà a distruzione à l'altri, à sè stessu, à i membri di a famiglia, à i membri di a sucità, etc. Hè un usu distruttivu di soldi per dannu chì hè generalmente accumpagnatu da una illusione di felicità o vede immediata / immediata. sollievu tempurale di emozioni forti.

USU, MISUSE, & ABUSE DI POWER MENTAL

Ci hè, in parallelu à i soldi, u megliu usu, abusu è abusu di u putere mentale. Di genere, e persone chì abusanu di qualsiasi aspettu di a so vita abusanu di l'altri aspetti. S'ellu ùn si rispettu micca u so corpu, soldi, risorse, etc., a probabilità hè chì u rispettu di l'altri diminuisce ancu. U soldi hà un grande putere cum'è a vitamina M hè un enabler chì hè direttamente dipendente da u putere mentale di unu è u megliu per aduprà. A ricunnosce a cunessione trà u putere mentale, l'almacenamiento di Vitamina M, è piglià a megliu decisione per ùn perde micca u putere mentale hè essenziale per a progressione generale in tutte e 12 dimensioni di a vita. (Vede a Figura 15 in l'Appendice). U pruceddu di decisione impacta i mudelli di pensamentu, l'esperienze emotive, l'almacenamiento d'esperienze in a memoria è u desideriu. A qualità, a quantità è a direzione di u pensamentu, l'emozione, a memoria è u desideriu sò tutti affettati da cumu l'energia core hè aduprata in u quadru di a mente. Stu quadru hè illustratu quì sottu (Figura 9):

FIGURA 9 **CORE ENERGIA, QUADRO MENTALE, E VITAMINA M**



Per piacere nutate e seguenti interconnessioni:

- a) Pensieri è emozioni funzionano insieme in connessione con la vitamina M.
- b) L'autoregolazione emotiva è dannata dall'abuso di vitamina M.
- c) La capacità di rispondere alle domande continue di esperienza in una vita aumenta l'accumulo di vitamina M e aiuta la regolazione emotiva.
- d) La flessibilità di mente permette migliori reazioni alle sfide in diverse circostanze.
- e) Le emozioni sono stati biologici associati con il sistema nervoso che sono significativamente impattati dallo stato finanziario generale.
- f) Le emozioni sono intrecciate con l'umore, il temperamento, la personalità, la disposizione, la creatività e la motivazione basate sul modo di usare, abusare o non abusare dei soldi.

L'energia scorre nelle emozioni basate sul modo di usare, abusare o non abusare, in le emozioni mostrate qui sotto:

Accettazione-Affettu-Divertimentu-Rabbia-Angst-Angosce-Angustia-Anticipazione-
Ansietà-Apatia-Eccitazione-Timore-Noia-Confidenza-Disprezzu-Cuntinutu-Curaghju-
Curiosità-Depressione-Desideriu-Disperazione-Delusione-Disgustu-Sfiducia-Dubbitu-
Estasi-Imbarazza-Empatia-Entusiasmu-Invidia-Euforia-Fede-Paura-Frustrazione-
Gratificazione-Gratitudine-Avidità-Dolore-Colpa-Felicità-Odiu-Speranza-Orrore-Ostilità-
Umiliazione-Interesse-Gelosia-Gioia-Gioia-Gioia Amore-Lussuria-Nostalgia-Indigazione-
Panicu-Passione-Pietà-Piacere-Orgoglio-Rabbia-Ringenti-Rigettu-Rimorso-Risentimento-
Tristezza--Confidenza in sè-Auto-pietà-Vergogna-Shock-Timidezza--Connessione
sociale-Duluri – Suffrente – Surprise – Fiducia – Wonder – Preoccupazione

U sviluppu di l'energia mentale hè rinforzatu da u sviluppu di e seguenti qualità:

Mindfulness di pratiche di respirazione

Sviluppu di rilassazione

Stabilità interna

Vividness

Evitazione di iperattività

Evitazione di laxità di l'attenzione

Stati di flusso di l'attenzione assorbita (Csikszentmihalyi, 1988)

***L'energia mentale hè assai preziosa. A realizzazione di cumu per
almacenà è aduprà cun prudenza pò aumentà a forza finanziaria
è permette di sviluppà una visione più larga di a vita.***

-- Ricky Sing

PERSONALITÀ & RISVEGLIO ENERGETIC

A forza mentale hè assai cunnessa à u sviluppu di a so identità persunale in cunnessione cù l'almacenamiento di Vitamina M. Ci hè un modu energeticu per riflette nantu à a so personalità chì porta à rinforzà a so identità mettendu energia in u sviluppu di l'identità. U sensu di "me" hè sviluppatu

positivamente cù l'aumentu di l'autostima, l'autoestima, l'assertività, a riduzione di u criticu internu, a diminuzione di a valutazione negativa, a diminuzione di l'effettu di l'overconfidence, è parechje altre qualità di auto-sviluppu.

QUALITÀ PUSITIVA E GESTIONE DI TEMPU

Quandu si sviluppanu e qualità pusitive, e discipline mentali crescenu ancu naturalmente. Discriminate u putere di u megliu usu versus misuse / abusu di soldi hè parte di a so disciplina interna destinata à ghjunghje à i so scopi è ugettivi. L'autodisciplina hè di creà novi abitudini di pensamentu, azzione è discorsu per migliurà sè stessu è ghjunghje à scopi persunali è / o istituzionali. L'autodisciplina hè cumu u nostru autocontrollu hè guadagnatu, è a manera di mantene a nostra speranza. "A speranza seguita u desideriu. U vigore di e nostre speranze hè affettatu da u calore di i nostri brami. U calore di i nostri brami versu u futuru dipende largamente da a vulintà di i nostri desideri da u presente.

A gestione di u tempu hè u risultatu di una bona disciplina è hè cuncepitu cum'è seguita:

A gestione di u tempu hè u prucessu di pianificà è esercitassi un cuntrollu cuscente di u tempu passatu in attività specifiche, in particolare per aumentà l'efficacità, l'efficienza è a produtividade. Implica un actu di malatie di diverse dumande nantu à una persona in relazione à u travagliu, a vita suciale, a famiglia, i passatempi, l'interessi persunali è l'impegni cù a finitezza di u tempu. Utilizà u tempu in modu efficace dà à a persona "scelta" nantu à gastru o gestione di l'attività à u so tempu è avvene. A gestione di u tempu pò esse aiutata da una gamma di cumpetenze, arnesi è tecniche aduprate per gestisce u tempu quandu rializeghja i travaglii specifici, i prughjetti è i scopi chì cumplenu cù una data di scadenza. Inizialmente, a gestione di u tempu si

riferiva solu à l'attività di l'affari o di u travagliu, ma eventualmente, u terminu allargatu per include ancu l'attività persunale. Un sistema di gestione di u tempu hè una cumminazione cuncepita di prucessi, arnesi, tecniche è metudi.

MONEY & DISCIPLINE MENTAL

A disciplina mentale hè necessaria per tutti l'aspetti di a vita, in particolare in quantu à i soldi. E facultà mentali sò rinfurzate cù l'eserciziu di sti facultà basatu nantu à i so desideri, i mutivi è i scopi. Ciò chì hè disciplinatu o furmatu hè soprattuttu a sostanza mentale. Per cunsiderà a mente cum'è una sustanza significa solu chì a mente hè vera cum'è qualcosa fisicu è pò esse disciplinatu in quantu à guadagnà, risparmià è gastu soldi. A cultura naturale di l'energia persunale porta à a disciplina mentale quandu i soldi vene in allinamentu cù a visione di a vita. Insight in i so scopi è u funziunamentu di u so ego hè intricatamente ligatu à vede soldi in una manera assai disciplinata. Insight si sviluppa per via di a realizzazione chì i soldi deve esse utilizatu cun rispettu è una mentalità orientata à u prucessu mentre a vita avanza. Questu crea una disciplina di ogni ghjornu nantu à l'ottenimentu organicu (naturalmente) di soldi via u travagliu è l'orgogliu di u so travagliu, piuttosto cà di pruvà à truvà taglii scuri chì intrinsecamente anu dannu in elli. A vera disciplina dura naturalmente quandu si mantene l'attenzione à u cultivo di l'energia persunale in a forma di guadagnà soldi.

DEBIT:

UN DISTRUTTORE DI PACE INTERNA & SUCCESSO ESTERNI

"A famiglia americana media porta \$ 8,158 in u debitu di a carta di creditu. Cù u redditu mediu di a famiglia prima di l'impositu à circa \$ 4,920 / mese, a maiuranza di questi saldi ùn sò micca pagati in tuttu ogni ciclu di fattura. sviluppu di tutte e 12 dimensioni di a so vita. Arrivà à rializzazioni più altu pò aumentà a pace interna è u successu esternu. Unu di i prublemi finanziari

maiò chì afflittu l'umanità hè u debitu. U debitu provoca inerzia è stagnazione cù un statu cuntrattu di energia persunale. L'indipendenza finanziaria è emotiva hè ancu impedita da u debitu. E persone in u debitu sò intrappulati psicologicamente in una gabbia induve a pressione costante nantu à u debitu resta mentalmente. U debitu hè diametralmente oppostu à u almacenamentu di vitamina M in a mente. A pace interna hè necessaria in a vita, solu per sperimentà a gloria è a magnificenza di a vita. U debitu distrugge a pace interna è u successu esternu in i seguenti era:

- a) U debitu elevatu pò creà un puntu di creditu bassu chì impacta a capacità di ottene tassi bassi nantu à i prestiti necessari. Pagà interessi più alti nantu à i prestiti impacta u flussu di cassa dispunibile.
- b) Preoccupazioni per u pagamentu di u debitu restanu in a mente è influenza negativamente l'energia core.
- c) U timore è l'incertezza ripiglià cumu u debitu s'accumula cum'è ferma in u spinu di a mente in l'attività di ogni ghjornu. Questu risultatu in l'energia persunale chì ùn scorri micca in u megliu modu pussibile in tuttu u ghjornu.
- d) I livelli elevati di l'hormone di stress impactanu a salute di u corpu è a mente.
- e) E decisioni impulsive è à risicu altu sò più prubabile quandu ci hè un debitu maiò.
- f) A so sperienza di piacè simplici hè affettata da u debitu, chì porta à una pussibilità maiò di aduttà cumpurtamenti addictive.

A FILUSUFIA DI: BUY ORA & PAGA ORA

A filusufia di "cumprà avà è pagà avà" hè più un modu di vita piuttosto cà qualcosa troppu astrattu. In fatti, hè abbastanza sèmplice è pò esse dichjaratu cusì:

- 1) Cumprate beni / prudutti senza accumulà u debitu è pagà cù i soldi dispunibili.
- 2) Se ùn hè micca necessariu cumprà o cumprà articuli / servizii / ecc., in questu mumentu, utilizate l'energia interna per NON impegnà in tali spese. Dunque, a vitamina M hè rinfurzata in sè stessu. Mantene l'attenzione à l'aumentu di a

Vitamina M in modu naturali è allegru prevene u debitu.

3) Diventa cuscenza di a mente di unu (vale à dì, pinsamenti, emozioni, etc.) esse attrattu da cumprà articuli / servizii / lussu / ecc., per via di l'esperienza istantanea di fà una compra cusì. Questa sperienza pò vene à un costu finanziariu innecessariu, pò aumentà u debitu, è a mente ghjoca à un ghjocu complicatu induve un pensamentu "cumprà avà, pagà dopu" predomina. Diventa cuscenza di sta idea sbagliata è internu turnendu in "cumprà avà, pagate avà" aumenta a pace di mente è prumove l'equilibriu generale in 12 dimensioni di a so vita.

SPEND - SAVE - DATE: UNA FORMULA PER L'EQUILIBRIO MENTALE

Cume si avanza più in l'applicazione di u rinfurzà di l'energia di u core è a crescita finanziaria, una formula pratica hè a "FORMULA SPEND-SAVE-GIVE". Questa formula crea un equilibriu mentale è permette a megliu utilizzazione pussibile di soldi in una manera assai benefica in tutte e 12 dimensioni di a vita. Una volta chì u risparmiu aumenta, unu pò sperimentà una novità più grande in a vita senza danni per u fattu chì a novità in tutte e 12 dimensioni di a vita diventa pussibile. A mente umana cerca a novità per esse fresca, animata, dinamica è vibrante. A novità energetica hè di circà è sperimentà a novità senza dannu à sè stessu o à l'altri. E funzioni cerebrali più alte sò implicate in a generazione di idee novi chì ponu purtà à novi sperienze. Sperimentà una gioia naturale, organica è orientata à u prucessu hè integrale in l'esperimentu di novità quandu a satisfazione sustinuta persiste naturalmente.

RICERCA INTERNA E INTELLIGENZA ENERGETICA

A ricerca interna hè necessaria per u prugressu versu una più grande coesione interna di l'energia. Carl Jung, un grande psicologu, hà dettu u seguente:

"A vostra visione diventerà chjara solu quandu puderete guardà in u vostru core.

Chi guarda fora, sogni; chi guarda dentro, si sveglia. - Carl Jung

U svegliu riferitu da Carl Jung hà ingredienti chjave di resilienza, vita pusitiva, prevenzione di prublemi finanziari, emozioni pusitivi, bona salute fisica, relazioni soddisfacenti, flessibilità psicologica è saviezza interna. A ricerca interna hè semplicemente diventata più è più cuscente di l'energia di u core è di cumu funziona. Questa cuscenza porta à u sviluppu internu è u veru svegliu, chì permette di attraversà i soglia, riducendu l'insicurità, riducendu a paura, aumentendu a fiducia in sè stessu, è a trasmutazione (raffinamentu) di l'energia core in Vitamina M. A libertà di sperimentà u mondu materiale hè pussibile solu cù l'aumentu finanziariu. forza. U sabotage di sta libertà accade per via di u debitu, decisioni affrettate, gastu impulsivu di soldi, ghjoculi di prubema è diversi cumpurtamenti addictive. A vera libertà hè di ricunnosce u putere di a vitamina M di i soldi è micca, in ogni modu, abusu di soldi per cumprà prudutti o sperienze chì dannu a mente, u corpu è u spiritu. Una volta questu hè fattu, a libertà interna è l'espansione di a mente sò naturali. I fattori di successu sò manteni vivi, cum'è svegliate e so capacità, aumentà a motivazione è pigliate opportunità. L'attrito internu è a resistenza sò eliminati per via di u svegliu di l'intelligenza energetica chì furnisce una visione espansiva di soldi, energia core, è sviluppu ulteriore.

L'intelligenza energetica principia, sustene è espansione l'emozioni di alta qualità, furnisce a megliu qualità pussibile di esperienze in a vita. Una tale vita hè quella induve i pinsamenti, l'emozioni, i ricordi, i desideri è l'energia di u core tutti funzionanu in seme per priservà è prutegge a Vitamina M. In una tale prutezzione, i picculi piacè si allarganu in stati più grande di piacè / gioia, senza dannu. Questu porta à una perfetta comprensione è applicazione di a cultura di l'energia:

a) L'impegnu di l'energia deliberatamente è cuntentu versu scopi benefizii hè fattu per via di a libera vuluntà è u prucessu di decisione.

b) L'energia di divertimento si riferisce à l'usu maestru di l'energia di u core per un grande piacè in a vita.

c) Equipping energia si riferisce à mette l'energia in 12 dimensioni per u megliu sviluppu pussibile.

d) Equalizing Energy si riferisce à mantene l'equilibriu, a steadiness, thoughtfulness, è a pacienza.

e) Ending in Energy si riferisce à a cunservazione di l'energia cum'è Vitamina M.

STATI DI CIMA è EUPHORIA

Cù sfruttamentu di l'energia, unu sperimenta stati di punta chì sò generalmente abbastanza euforici è parechje volte, cercati ripetutamente. Ci hè parechje pussibilità in quantu à a relazione trà i stati di punta è a gioia sustinuta. Prima di esaminà queste pussibilità, una più cunniscenza di l'euforia stabiliscerà u statu per esaminà e pussibili relazioni trà euforia è gioia. I seguenti sò cuncepimentu maiò nantu à l'euforia:

1) Euforia hè l'esperienza (o affettu) di piacè o eccitazione è intensi sentimenti di benessere è felicità. Certi ricumpensa naturali è attività suciali, cum'è l'eserciziu aerobicu, a risa, l'ascolta o a musica, è u ballu, ponu induce un statu di euforia. L'euforia hè ancu un sintumu di certi disordini neurologichi o neuropsichiatrici, cum'è a mania. L'amore romanticu è i cumpunenti di u ciculu di risposta sessuale umana sò ancu assuciati cù l'induzione di l'euforia. Certi droghe, assai di quali sò addictive, ponu causà euforia, chì almenu parzialmente motivate u so usu recreativu.

2) Hotspots Hedonic - vale à dì, i centri di piacè di u cervellu - sò funziunali ligati. L'attivazione di un hotspot risulta in u reclutamentu di l'altri. L'inibizione di un hotspot risulta in l'attenuazione di l'effetti di l'attivazione di un altru hotspot. Per quessa, l'attivazione simultanea di ogni hotspot hedonic in u sistema di ricumpensa hè cridutu esse necessariu per generà a sensazione di intensa euforia.⁴² L'attivazione è l'utilizzazione di l'energia di u core pò esse à alti livelli quandu i hotspots hedonic sò attivati.

3) Euforia Indotta da Esercizio - L'esercizio fisico continuo, particolarmente l'esercizio aerobico, può indurre uno stato di euforia; per esempio, una corsa di distanza ha spesso associato con un "runner's high", che è uno stato pronunciato di euforia indotta dall'esercizio. L'esercizio ha conosciuto per affetto a segnalazione di dopamina in un nucleo accumbens, che produce euforia in un risultato, per via di una biosintesi aumentata di tre neurochimici particolari: anandamide (un endocannabinoide), β -endorfina (un oppioide endogeno) e fenetilamina (una traccia di ammina è amfetamina analogo).

4) Euforia indotta da musica - L'euforia può essere con un risultato di ballata a musica, e musica è sentita a musica emotivamente suscitante. Studi di neuroimaging hanno dimostrato che un sistema di ricompensa gioca un ruolo centrale in una mediazione di un piacere indotto da musica. A musica piacevole emotivo aumenta assai la neurotrasmissione di dopamina in i percorsi dopaminergici che prughettano a un striatum (vale a dire, la via mesolimbica e la via nigrostriatale). Circa il 5% di una popolazione sperimenta un fenomeno chiamato "anhedonia musicale", in cui l'individuo non ha un piacere di sentita a musica emotivamente suscitante malgrado avere la capacità di percepire l'emozione prevista che ha trasmessa in passaggi di musica.

5) Euforia Indotta da Copulazione - E diverse tappe di copulazione possono essere descritte con induce l'euforia in certe persone. Diversi analisti hanno descritto o tutto l'atto di copulazione, i momenti che portano all'orgasmo, o l'orgasmo stesso con un pinnacolo di un piacere umano o euforia.

6) Euforia Indotta da Droga - Un euforizzante è un tipo di droga psicoattiva che tende a indurre euforia. A mai parte di l'euforizzanti sono droghe addictive per via di una proprietà di rinforzo è la capacità di attivare un sistema di ricompensa di un cervello.

Ci è una relazione tra gioia e euforia? Sono separati o legati in qualche modo? Queste domande devono essere risposte personalmente inducendo l'autore a raccomandare l'utilizzazione di un potere di Vitamina M in una maniera che non crea alcun danno, con in un caso di l'euforia indotta da una droga. Possessione di soldi è una potenza cruda e può essere usata per creare esperienze euforiche. Ci è una possibilità che la gioia ha assai sfarente da l'euforia.

A BISOGNA PSICOLOGICA DI NOVITÀ SENZA DANNU

A ricerca di novità (o a ricerca di sensazioni) hè un trattu di personalità chì si riferisce à una tendenza à perseguite novi esperimenti cù sensazioni emotive intense. Hè una custruzione cumportamentale multiforme chì include a ricerca di emozioni, a preferenza di novità, a presa di risichi, l'evitazione di danni è a dipendenza di ricumpensa. 69

Ogni esse umanu cerca a novità in tutte e 12 dimensioni di a so vita per via di a necessità psicologica per questu. A mente umana cerca a novità per esse fresca, animata, dinamica è vibrante. A novità energetica hè a ricerca è l'esperimentu di a novità senza dannu à sè stessu o à l'altri, induve l'energia hè aduprata cù entusiasmo per un piacè più grande senza dannu. E funzioni cerebrali più alte sò implicate in a generazione di idee novi chì ponu purtà à novi sperienze. Mantene a mente fresca, sana è vigorosamente viva hè pussibile sperendu deliberatamente novità senza dannu. Per ottene un tali statu, unu deve esse chjaru nantu à a distinzione trà dannu è benefiziu, cum'è dichjaratu prima. Una volta chì sta differenza hè chjara è unu eseguisce l'azzioni cù questa chiarezza, allora si evoluzione in un statu di vita in sperienze novi senza dannu.

CAPITOLU 5
VITAMINA M & U POWER DI
L'ANIMA

Chì ghjè l'energia primaria è l'ànima?

L'energia primaria hè l'energia core / root, cum'è discutitu prima. A parolla "primale" si riferisce à qualcosa primitivu, vechju è innatu. Hè l'energia cruda chì ogni persona porta ind'è chì hè soprattuttu dorme è pò esse canalizzata in parechje manere diverse. Se sta energia ùn hè micca sfruttata, puderia simpricimenti debilitatu è esse persu. L'abusu di sta energia si faci ancu maltrattendu u so corpu / mente. A piantà di stu abusu si faci quandu unu capisce chì l'energia primaria hè a basa nantu à quale tutte l'energie sò costruite è tutti i sforzi in a vita sò pussibili. Canalizà l'energia primaria in altri sforzi, cum'è u sport, u sviluppu finanziariu, a filantropia, u sviluppu educativu, u sviluppu di relazioni, etc., permettenu di sveglià a so "chjamazione in a vita" chì porta à l'eccellenza persunale.

A parolla "anima" hè aduprata da l'autore per riferite à l'essere core. Basatu nantu à e so credenze, tradizioni religiose è / o altre idee, l'idee di l'ànima sò assai diverse, è tocca à ogni individuu per vene à e so cunclusioni nantu à questu. L'autore presenta a parolla "anima" cum'è u so più internu induve l'energia primaria reside cù a so putenza brutta. Tapping in questu hè pussibile quandu unu mantene una attenzione coerente nantu à u sviluppu persunale, sperimentendu a parolla materiale in diversi ghjorni, è utilizendu sapientemente u putere di Vitamina M. Segui a so chjamà o a felicità hè pussibile quandu u core / putenza cruda piglia a strada di a minima resistenza interna per via di a gioia di sveglià stu putere è l'utilizanu per più progressione in 12 dimensioni.

L'ànima hè un grande misteru in a vita. U sfruttamentu di l'energia persunale è a cultura hè una grande porta in una dimensione spirituale pussibile di l'essere.

-- Ricky Singh

FRAGMENTAZIONE PSICOLOGICA VS. INTEGRAZIONE ENERGETICA

A frammentazione psicologica si riferisce à un statu di vita induve unu ùn hè micca sanu è micca in armonia vivente a vita bella in tutte e 12 dimensioni. Stu statu si trova per via di l'individui chì ùn campanu micca una vita unificata induve a so gioia ferma oculata per una mistura di attitudini, prospettivi è risposti cumportamentali chì ùn sò micca allineati cù u flussu energeticu core. L'integrazione energetica risultati per via di un statu di allineamentu chì porta à u principiu di l'usu di l'energia in u megliu modu pussibile attraversu stu allineamentu. Quandu stu pruceddu principia, unu principia à sente assai più energia chì scorri per i sistemi fisichi è psicologici. Un statu di integrazione energetica porta à a cuscenza di u reservoir d'energia esistente in sè stessu è questu pò esse chjamatu energia di l'anima. Sviluppi straordinarii è rializzazioni sò pussibili quandu si tocca à stu reservoir. In a vita di l'autore, per esempiu, ghjunghje sin'à a cima di u Mt. Everest è finisce 50 maratoni in 50 stati hè un esempiu di sbloccare stu grande reservoir ... sistematicamente, cun cura, attente è energeticu. Un tali unlocking coerente culmina in integrazione energetica. Stu statu d'integrazione hè un veru allinamentu di u putere finanziariu è spirituale, chì porta à a scuperta di felicità in ogni stadiu o statu di vita.

A cuncentrazione focalizzata, a cuscenza sustinuta è u sforzu consistente portanu à i seguenti in quantu à a cunessione trà u putere finanziariu è spirituale:

- 1) Si pò stà assorbitu in l'attività scelta senza creà un sbilanciamentu ...
- 2) Un statu di cuscenza induve u dannu hè impeditu ...
- 3) Un flussu sanu di tutta l'energia mentale è emotiva in a vita di ogni ghjornu ...
- 4) Apprezzazione è gratitudine per tuttu ciò chì va bè in 12 dimensioni ...
- 5) A preoccupazione, l'ansietà, a tensione, a paura è l'insicurezza diminuisce sustancialmente ...
- 6) E pratiche meditative, religiose è spirituali ponu esse assai rinforzate, se vulete
- 7) L'auto-efficacità hè rinforzata, è e tentazioni dannuse sò ridutte, se micca eliminate totalmente.

A frammentazione hè u prublema principali in a mente. Diversi pezzi di pinsamenti, emozioni, ricordi è desideri esistenu cum'è frammenti interrelati è interconnessi chì sò internamente contradictori. Questa cuntradizione strappa l'energia core.

- - *Ricky Singh*

CAUSE MAJOR DI PSICOLOGICA E FINANZIARIA FRAGMENTAZIONE

Ci hè almenu 14 cause maiò di frammentazione di l'energia core. Prima di esaminà sti spazii in detail, u significatu di a frammentazione deve esse capitu chjaramente. A frammentazione si riferisce à u fattu chì a maiò parte di a vita di a ghjente hè divisa psicologicamente quandu parechji pezzi frammentati cunflittu cù l'altri. Ci hè almenu 14 cause maiò di frammentazione psicologica cum'è illustrata in Figura 10. Descrittu quì sottu hè una descrizione di ogni causa è cumu si frammenta l'energia core:

1) Desire Financier insatisfait

U desideriu, per definizione, hè a mancanza di satisfaczione o cumplimentu. Quandu u desideriu finanziariu resta insoddisfattu o ùn hè micca soddisfattu in a manera chì unu vole soddisfattatu, allora a frustrazione segue, risultante in l'energia emotiva chì hè strappata. L'energia emuzionale hè intricatamente ligata à u flussu di i desideri in una fontana in sè stessu. L'energia emotiva hè un aspectu di l'energia core. Se ci sò frustrazioni emutivu per via di a presenza costante di un desideriu insoddisfattu, allora queste frustrazioni fragmentanu l'energia. L'energia frammentata si divide in più per via di un focusu aumentatu nantu à a mancanza di satisfaczione emotiva.

2) Difficoltà à attruisce u successu finanziariu

Parechje persone anu difficoltà à attruverà u successu finanziariu per via di pinsamenti è emozioni chì restanu focu annantu à tuttu ciò chì manca in a so vita. Questu pò causà una insatisfazione interna profonda è ancu un sensu di bassa autoestima. Questi stati emotivi negativi ponu più frammentà l'energia è causanu una grande quantità di autocritica è altri prublemi internu.

3) Avidità Hyper-Focused

Certi pirsuni anu aumentu frequente o bruscu in u desideriu di soldi. Questu pò esse cunsideratu cum'è avidità iper-focalizzata. Questu pò accade per una varietà di motivi, di solitu per via di tentativi rapidi di ricuperà perdite o tentativu di guadagnà rapidamente soldi cù risichi maiò. In un sensu più genericu, l'avidità iper-focalizzata hè un tipu di stimolazione eccessiva in u cervellu / a mente chì face chì l'energia di u core si frammenta, purtendu à una fissazione più profonda è possibbilmente impegnati in risichi più grande.

4) Fantasie Unfulfilled about Success Financial

A fantasia hè una grande parte di vulè a "vita ricca" in a mente di innumerevoli individui. I fantasie finanziariii anu bisognu di trasfurmà in realtà finanziarie basate nantu à i principii di l'attivazione di l'energia di u core persunale è piglià passi versu u prugressu. Quandu e fantasie ùn sò micca cumprite o parzialmente, questu crea una frammentazione di l'energia di u core, chì porta à più tentativu di ghjunghje à un statu completamente soddisfattu, parechje volte senza una preparazione fundacional adatta.

5) Percezioni Negative di u Statu Finanziariu di unu

L'immagine di sè, l'autoestima è l'autostima sò tutti ligati è cuntenuti in a percezione di e so finanziaii. Quandu ci hè una percezione negativa di sè stessu, si trova un sensu internu di "ùn esse bè cun sè stessu", chì provoca disturbi in a struttura di l'identità chì porta à a frammentazione di l'energia.

6) Bassa autoestima

L'autostima hè una valutazione emotiva di l'autopercezione. Bassi livelli di autoestima pò esse risultatu in una diminuzione di l'energia generale. A diminuzione di l'energia pò ancu purtà à una bassa autoestima è danni à i livelli di energia. A diminuzione di l'energia generale pò influenzà i livelli di l'energia di Vitamina M è ùn permettenu micca azioni sani (benefici) in quantu à e finanze. L'autostima hè ligata à a realizzazione accademica, a soddisfazione in u matrimoniu è à a realizzazione di parechji altri scopi in a vita. L'effetti di frammentazione energetica di a bassa autostima ponu purtà à a vitamina M chì ùn scorri micca bè. Quandu a frammentazione di l'energia si ferma, ci hè una grande coesione di l'autoestima, l'autorespettu è l'auto-integrità.

7) Squilibri omeostatici

I sbilanciamenti in a salute fisica è mentale pò causà una distruzione considerableu à l'energia core. L'omeostasi si riferisce à un statu di equilibriu fisicu è neuropsicologicu generale chì u corpu / mente cerca costantemente di mantene.

8) Problemi in una strada spirituale

Difficoltà in a so strada religiosa / spirituale pò causà frustrazione è portanu à a vitamina M disturbata. Questi disturbi in a so strada spirituale pò purtà à a suppressione autoimposta o indulgenza severa. L'effettu pendulu trà suppressione è indulgenza hè un problema fondamentale per parechji in una strada religiosa o spirituale. U tiratu avanti è avanti di a Vitamina M per via di l'indulgenza è di a suppressione si frammenta è pò fà chì unu si alluntassi da a strada religiosa / spirituale scelta.

9) Ricerca di Novità in Utilizzazione di Soldi à u Puntu di Saturazione

A saturazione di novità si trova per un sensu di ripetizione di u stessu tipu (s) di stimolazione. U problema di a ripetizione hè seriu perchè a ricerca eccessiva di a novità porta à a saturazione. A saturazione hè u statu induve un altru desideriu di stimolazione ùn hè micca presente o ci hè un eccessiva noia malgradu avè una larga gamma di novi esperienze in u mondu materiale. L'effettu di frammentazione hè solidificatu quandu questu accade è hà u potenziale di u desideriu dannusu per l'accumulazione di vitamina M.

10) Problemi cù l'altru significativu

I cunflitti in relazioni ponu causà disturbi considerabili in a struttura di l'energia. E relazioni ponu diventà tossiche per via di cunflitti aumentati è malintesi. I disturbi in

l'intimità ponu rompe i cordone internu di l'attaccamentu sanu chì affettanu u flussu di l'emozioni è a salute generale. Ogni volta chì unu sceglie per entra in una relazione intima cù una altra persona, un "cordu energeticu" hè creatu cù a persona. Stu cordone di l'energia hè una cunnessione energetica trà i partenarii è i disturbi in questa cunnessione facenu frammentà l'energia core. A cunnessione intima cù una altra persona hà profundità quandu l'energia hè attivata è cunnessa durante a furmazione di l'esperienza di piacè. A spartera di l'energia intima hà effetti prufondi nantu à u corpu è a mente. Diversi impressioni sò furmati in a mente di a persona chì hà un cuntattu intimu perchè ci hè un scambiu di energie. L'effettu di frammentazione causatu da un sbilanciamentu in l'intimità deve esse sbulicatu fisicamente è emotivamente. Cumminendu a putenza di vitamina M cù l'intimità hè una strada per sguassà i squilibri energetichi. Se unu hè implicatu in parecchie relazioni, allora u trasferimentu di energia pò esse ancu più cumplessu. In novu, l'usu attentu di a vitamina M hè assai benefiziu per sguassà i disturbi. L'energia pò esse negativa o pusitiva, basatu annantu à a vibrazione di u so cumpagnu è a vibrazione. Hè pussibile chì i pinsamenti, i sentimenti, l'emozioni micca risolti è l'altri disturbi di u so cumpagnu di esse intrecciati cù a so vita psicologica. Se questu intrecciate hà negatività in ellu, pò causà una disintegrazione più grande di l'energia psicologica. Piuttostu chè l'energia di u core si rivitalizza in modu naturali, hè iperstimolata è pò causà più danni. In u risultatu, i prublemi cù l'altru significativu pò esse aggravati se l'alcohol, droghe illecite, ghjoculi è / o altri cumpurtamenti addictive sò usati eccessivamente induve a vitamina M hè distrutta.

11) Ricordi Negativi nantu à Esperienze Finanziarie Passate

Se ci sò ricordi negativi nantu à l'esperienze finanziarie passate, allora quelli ricordi ponu più frammentà l'energia core. Questu accade quandu unu prova di impegnà / attivà core in diverse attività, i ricordi negativi ponu contaminà i so sforzi. Questa contaminazione hè un aspettu di frammentazione.

12) Alcohol, tabacco, altre droghe è ghjoculi (ATOD & G)

L'usu di sustanzi cum'è l'alcohol, u tabacco è altre droghe (per esempiu, l'eroina, a cocaina, etc.) è / o u ghjocu frammentarà ancu u flussu naturali di l'energia core. Queste sustanzi ponu, à volte, suddisfà temporaneamente i desideri potenti è eventualmente portanu à a degradazione di l'energia core per via di una stimolazione eccessiva di i circuiti di ricumpensa in u cervellu. L'usu di alcolu, droghe illecite è ghjoculi (cum'è in relazione à a Vitamina M) abbassarà ancu l'energia positiva è possibbilmente apre a porta

in livelli più bassi di coscienza. Questo hè soprattutto quandu u cervellu hè iperstimulatu. A qualità di l'energia core pò esse contaminata da una mistura dannosa di alcolu è / o altre sustanzi illecite.

13) Problemi di salute mentale

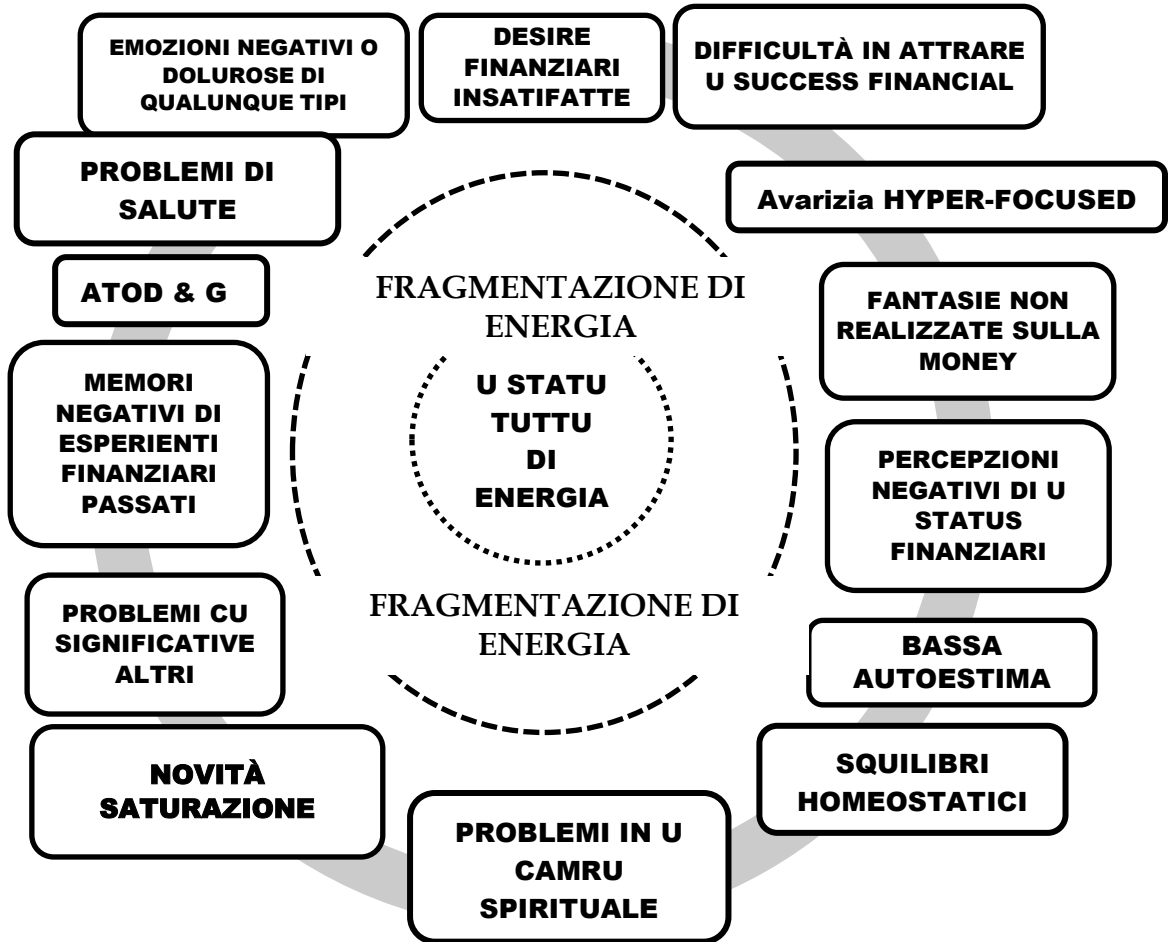
I prublemi cù a depressione, l'ansietà, u disordine bipolari, etc., ponu tutti fragmentà l'energia di u core naturali. Per esempiu, a depressione crònica pò influenzà a putenza di Vitamina M, è questu causa l'energia di u core per frammentà. I prublemi di salute mentale, in generale, ponu influenzà u desideriu, causanu difficoltà à ghjunghje l'altitudine finanziaria è u sviluppu persunale generale.

14) Emozioni Negative o Dolore

L'emozioni negative o l'emozioni dolorose attuali / passate frammentaranu l'energia core. L'emozioni negativi utilizanu una grande quantità di energia chì deve esse dispunibile per l'attività normale in a vita, cumpresa a generazione di vitamina M. Eccu una lista di emozioni negativi è qualità mentali chì ponu facilmente frammentà l'energia di u core è degradanu più:

Abusive - Controlling - Aggressive - Cowardly - Greedy - Angry - Critic - Dolu - Infastitu - Crudele - Odiu - Antagonistic - Sconfittu - Senza speranza - Anxious - Illused - Ignorant - Arrogant Esigente - Impaziente - Vergogna - Dipendente - Poveru - Belligerante - Depressu - Impulsive - Amaru - Disperatu - Indifferente Annoiatu - Indifferente - Indifferente - Inerte - Abbattutu - Distruttivu - Insicuru - Bullied - Staccatu - Insensibile - Caoticu - Disconnessu - Irresponsabile Friddu - Scoraggiatu - Irritatu - Cumandante - Disgustatu - Isolatu - Cumpetitivu Dominatu - Geloso Lagnanza - Dominante - Ghjudicatu - Vanitoso - Egocentric Giudiziu - Cundannatu - Egotista - Pigro - Cunflittu - Invidioso - Solitario - Confusu - Erratu - Persu - Cunservatore - Spaventatu - Mad - Cuntrullatu - Frustratu - Manipulatu - Manipulatore - Ridiculu - Infelice - Miserable - Giusto - - Unresponsable Moody - Spietato - Untrusted - Morale - Triste - Vanu Negativu - Sadicu - Vendetta - Segretu - Vicious - Obsessed - Self-condanned Vittimized Paicked - Self-defining - Violent - Paranoid - Self-destructive - Sage Passive - Self-odia Perfezionista - Self-ossessionatu - Pietoso - Autocommiserazione - Povero - Autosabotaggio - Possessivo - Egoista - Preoccupatu - Vergognato - Procrastinazione - Chiuso - Punito - Timido - Punizione - Scusate - Rabbia - Sconvolto - Reazionario - Infilzato - Recluso - Testardo - Rifiutato - Supérieur - Repressed - Caprici - Risentito Timido - Rasinatu - Indignatu - Responsibile - Imperdonabile

FIGURA 10
CAUSE MAJOR DI FRAGMENTAZIONI ENERGIA CORE



U "statu tutale" di CORE ENERGY hà una capacità quasi illimitata per apre pussibilità fantastiche in a so vita. Quandu l'ENERGIA CORE / PRIMAL ùn hè più frammentata, diventa energia sacra.

-- Ricky Singh

RELAZIONE FRA POWER SPIRITUALE E POWER FINANCIAL

Una mentalità di abbondanza finanziaria pò esse sviluppata utilizendu u putere spirituale. Fundamentale à stu prucessu di sviluppu ùn hè micca permette à l'avidità di superà u prucessu di decisione. Piglià l'azzioni di ogni ghjornu chì aumentanu i soldi chì entranu in a so vita insemi cù un focusu mentale / emozionale nantu à l'abbundanza piuttosto cà a scarsità, permette à l'energia di u core per allineà cù l'abbundanza. Questu hè bisognu di smantellamentu di e credenze limitate, a visualizzazione di u cumpletu di u scopu, è di resetting a freccia di l'emozioni per risonà cù l'abbundanza. Sposta da un statu internu di resistenza (vale à dì, sensu strettu, stressatu, frustratu, irritatu, disperatu, etc.) è riallineate cù u so putere spirituale porta un statu naturali di calma, rilassazione, armonia, gioia, ecc. Realizà pratiche religiose / spirituali / meditative, unu di l'effetti maiò di tali pratiche hè a vita chì fiorisce cù u putere spirituale svegliatu chì risona cù l'abbundanza finanziaria. In questa risonanza, l'azzioni curretti sò pigliati per l'abbundanza finanziaria per diventà una realtà in a so vita. Uni pochi di passi pratici sò mostrati quì sottu per allineà sè stessu cù l'abbundanza:

- 1) Avvisate ogni pensamentu / sentimentu negativu annantu à i soldi è abbandunà attentamente via pratiche di meditazione / visualizzazione.
- 2) Pigliate una respirazione stabile è uttene una visione chiara / realistica di a situazione finanziaria generale.
- 3) Allineate i pinsamenti cù: "A felicità hè apprezzà ciò chì avete, piuttosto cà esse miserabile per ciò chì ùn avete micca". Cù stu riallineamentu, pigliate passi di ogni ghjornu versu una progressione ulteriore mentre restendu spiritualmente cohesionatu.
- 4) Cunsiderate i soldi cum'è un putere spirituale. Abbandunate a credenza da a vostra mente chì i soldi è a spiritualità ùn si mischianu micca.
- 5) Abbandunate l'idea chì unu ùn hè micca spirituale chì nasce à causa di vulè è vede negativu soldi.
- 6) Ricunniscite chì i soldi sò energeticamente è deliberatamente creati è utilizzati da noi è si mischianu bè cù u svegliu spirituale.

7) U putere spirituale (anima) hè infinitamente abbondante se si cunsidereghja sè stessu cum'è un esse spirituale. Se ci hè l'identificazione di sè stessu cum'è un esse spirituale, ci hè naturalmente una grande abbondanza in tale identificazione. E qualità spirituali, cum'è l'amore, a pace, a realizzazione, a felicità, a verità, a contemplazione, a generosità, etc., sò un indicazione di l'abbundanza spirituale. Quandu unu tene nantu à queste qualità è li cunnetta cù l'abbundanza finanziaria, un statu di risonanza si trova chì si cambia in una mentalità orientata à u prucessu.

8) I soldi sò neutrali in quantu à esse una forma di energia. L'energia daretu à i soldi hè di significazione è sta energia hè a so energia core quandu unu hà soldi.

9) Ricunniscite chì a crescita spirituale è finanziaria sò tramindui espansiva. A realizzazione porta à u megliu usu di e energie mentali / fisiche per generà risonanza cù espansione.

Un statu espansivo di vita hè u flussu di u putere di Vitamina M, ogni ora di a vita. A vita cuntratta hè direttamente sperimentata quandu u putere di vitamina M diminuisce.

- Ricky Singh

CAPITOLU 6
A MAGNIFICE DI ENERGIA

OPULENZA E VITAMINA M

A progressione hè u so sviluppu persunale, hè pussibile quandu unu hà u rispettu fundamentele o core per l'energia mentre abbraccia a gloria di l'energia. Qualchese tipu o qualsiasi forma di mancanza di rispettu per u so putere dissiparà l'energia è ostacolerà a gloria è l'opulenza di stu putere core fundamentele chì tutti pussedemu. A capacità di percive l'opulenza è a gloria di a so energia si sviluppa più è hè rinfurzata quandu unu abbraccia veramente a gloria di stu putere. Cum'è unu abbraccia u successu d'avè una grande quantità di soldi, di manera simile si pò abbraccià a gloria di a Vitamina M cum'è soldi s'accumula in forma d'energia, chì hè deliberatamente utilizzata per animà tutte e 12 dimensioni di a so vita (vede Figura 1). A mancanza di rispettu di a vitamina M si trova quandu si usa per dannu è quandu si persegue soldi per u so propiu senza creà una grande armonia è progressione in tutte e 12 dimensioni. I soldi perseguiti per sè stessu pò avè conseguenze deleteriu se l'attenzione ùn hè micca pusata nantu à u rinfurzà di l'energia core. Ci sò innumerevoli esempi di individui chì anu creatu danni severi à a so vita persunale perseguedu soldi per sè stessu è dopu abusendu / abusendu. Quandu unu vede l'opulenza di a ricchezza esterna è a ricchezza interna, a vita diventa una sinfonia di sperienze gioiose. In tali stati gioiosi, a parolla "magnificenza" hà una connotazione considerableu in quantu à a vitamina M, perchè a magnificenza hè assai più di una sperienza assai bona. Si riferisce à a gloria di grandi rializzazioni via una mentalità orientata à u pruceddu. A magnificenza hà opulenza è hè ancu a ricunniscenza di l'opulenza in 12 dimensioni per via di a conservazione di a vitamina M è a megliu utilizzazione. Per esempiu, quandu u monte Everest hè percivutu per a prima volta cù i so ochji, hè una sperienza di magnificenza, ci hè una sperienza di mente à a vista incredibile di a muntagna più alta di u mondu. L'esperienza hè assai sfarente di leghje nantu à questu, fighjendu filmi nantu à questu, fighjendu video nantu à questu, o vede ritratti nantu à questu. L'attuale

basking in a gloria di l'energia opulenta si trova quandu unu hè in cuntattu direttu esperientiale è energeticu. A percezione diretta, per esempiu, di u Monte Everest hè una materia completamente diversa in compara cù qualsiasi altra percezione indiretta.

Quandu unu si basking in a gloria di una magnifica energia esistente in parechje sperienze, u putere in sè stessu culmina in un statu d'opulenza cun grande apprezzamentu per ellu chì si manifesta psicologicamente (vale à dì, in a so sperienza diretta). A vitamina M pò ghjunghje à un statu di opulenza internamente cum'è unu principia à apprezzà veramente l'esperienza furnita da l'utilizzazione di soldi. Ogni sperienza furnita da qualsiasi quantità di l'utilizzazione di soldi pò esse cunsiderata una sperienza opulenta quandu si tocca direttamente a Vitamina M per via di a seguente verità: U putere di i soldi hè almacenatu mentalmente, emotivamente, intellettuale è spirituale cum'è Vitamina M in u so neurofisiologicu (ie. , cervellu / corpu) è sistema neuropsicologicu (vale à dì, cervellu / mente). Per esempiu, quandu unu cumprate l'alimentarii, l'esperienza di l'acquistu pò esse opulenta quandu ogni dollaru hè utilizatu per energizà 12 dimensioni, per via di l'usu di l'energia in l'alimentu chì hè cunvertitu in energia core in u sistema. Questa realizzazione permette di sperimentà u putere di Vitamina M in transazione monetaria ordinaria per via di a megliu conservazione, utilizzazione è rivitalizzazione di Vitamina M. I seguenti sò punti chjave in quantu à l'opulenza è i soldi:

- 1) Ci hè un sviluppu parallelu di Vitamina M, risparmià soldi, è si eleva in 12 dimensioni.
- 2) Quandu unu entra in una vita opulenta, impacta l'altri intornu à una tale persona in modi estremamente pusitivi è edificanti.
- 3) L'elevazione energetica hè opulenta quandu a mente, u corpu è l'anima sò in coesione per via di una mentalità orientata à u prucessu.

4) A parolla opulenza evoca l'immensità, una visione di a bellezza, un'opera d'arti, qualcosa chì hè cusì enormu, qualcosa chì hè cusì cumpresu, chì l'energia è a vitamina M si combinanu bè in questa vastità.

5) A vera bellezza si manifesta emotivamente, intellettuale, relazionale, etc., in tutti i stati opulenti chì si movenu dinamicamente da una sperienza à l'altru. Questu hè pussibile solu se a vitamina M hè presente.

6) U putere di a vitamina M apre innumerevoli porte chì ponu furnisce esperienze magnifiche quandu unu ricunosce a gloria di a so energia interna. Porte à apre u putere finanziariu manifestu per via di l'apprezzazione di l'energia interna / core.

7) U megliu usu pussibili di soldi si trovanu per via di u sviluppu di a più alta cunniscenza di l'utilizzazione di Vitamina M per u benefiziu è u sviluppu ulteriore. Questu hè chjaramente distintu da l'usu di soldi per causà danni, dannu, degradazione, o curriri dopu à più piaceri sensu chì anu effetti dannosi. A capacità di mantene l'attenzione nantu à u rinforzamentu energeticu persunale è l'integrazione mantene sta distinzione chjara è viva in sè stessu.

8) Mantene l'attenzione à u sviluppu di vitamina M ogni ghjornu porta à una apertura di vaste pussibilità, chì trascendenu u cundizionamentu limitatu in a mente. Esperienze chì ùn sò micca cunsiderate in u regnu di a so sperienza, ponu esse accessibile in tempu debitu.

9) Ci hè una cunnessione energetica trà opulenza è gioia. L'energia esistente in l'alegria permette una vera fioritura di e so passioni sani, i desideri è u dinamisimu.

A PRISIONE DI I CONFLITTI UMANI

A vera opulenza hè pussibile quandu l'umanità ricunosce a necessità di esce da a prigiò di cunflitti umani. U soldi hè certamente una causa maiò di cunflitti. A prigiò di cunflitti umani, cum'è mostra in a figura 11 (sottu), hè di natura circular è a trasmissione di sti cunflitti si trova per via di prublemi in l'almacenamiento è l'usu di Vitamina M, chì varieghja da l'individuu à u

glubale. Una volta chì a trasformazioni persunale principia, l'umanità pò truvà una manera di esce da questi cunflitti, rendendu chì a perdita di energia di Vitamina M genera individui cunflitti internamente, purtendu à cunflitti globale, cum'è mostra in a figura 11.

FIGURA 11
A PRISIONE DI I CONFLICTI UMANI



FUSIONE ENERGETICA DI POWER FINANCIAL & INNER

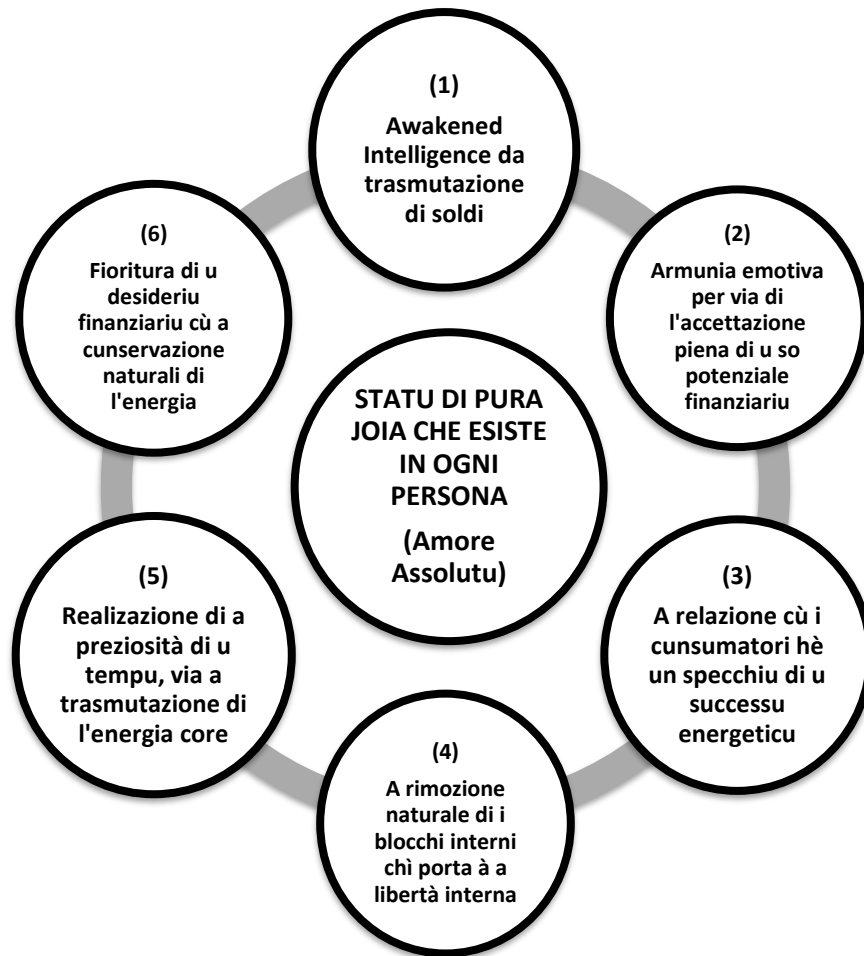
Cum'è una caterpillar passa per una metamorfosi è diventa una bella farfalla, a fusione energetica di u putere finanziariu è internu pò creà metamorfosi in gioia pura, cum'è mostra in a figura 12, è hè spiegata quì sottu:

- 1) "Intelligenza svegliata per trasmutazione di soldi" si riferisce à a creazione è u almacenamentu di u putere mentale per pussede soldi.
- 2) "L'armunia emotiva per via di l'accettazione piena di u so potenziale finanziariu" si riferisce à a vitamina M chì cunnetta constantemente cù e so emozioni.
- 3) "A relazione cù i cunsumatori hè un specchiu di u successu energeticu di unu" si riferisce à l'offerta megliu pussibile è genuina di beni / servizii à i cunsumatori, chì porta à u successu finanziariu è à l'accumulazione di vitamina M.
- 4) "A rimozione naturale di i blocchi interni chì portanu à a libertà interna" si riferisce à l'usu di l'energia core per u rinfurzamentu fisicu / mentale per equilibrà tutte e 12 dimensioni cù a vitamina M.
- 5) "Realizzazione di a preziosità di u tempu, per via di a trasmutazione di l'energia core" si riferisce à l'usu di u tempu è di l'energia per elevà sè stessu in 12 dimensioni induve i soldi sò usati com'è carburante per l'elevazione persunale. A trasmutazione si riferisce à una metamorfosi da un statu limitatu è ligatu à un statu espansivu di energia è soldi.
- 6) "Fioritura di u desideriu finanziariu cù a cunsirvazione naturali di l'energia" si riferisce à a crescita di u desideriu senza i dolori emotivi di insatisfazione. Un tali statu conserva l'energia, attiva l'energia di u core, è anima in una progressione dinamica.

Mantene u desideriu finanziariu attivu richiede a conservazione di vitamina M. L'abusu / l'abusu di u putere di vitamina M pò distrughje i desideri costruttivi è generà desideri distruttivi. A maiò parte di u soffrenu umanu pò finisce quandu i desideri distruttivi si trasformanu in desideri costruttivi.

-- Ricky Singh

FIGURA 12
VITAMINA M E METAMORFOSI
IN PURA GIOIA



RAGIUNAMENTE ESPERIENTIAL & ENERGIA PERSONALE

A vera magnificenza hè sperimentale. Cù a so capacità rinfurzata di utilizà i so putenzi intellettuali à i più alti livelli, a gloria di l'energia persunale hè realizzata sperimentalmente. U ragiunamentu esperientiale si riferisce à a capacità di penseru per utilizà a logica per risolve i prublemi, superendu l'ostaculi, è utilizendu a razionalità per avanzà più. Parechje relazioni causa-

effettu deve esse attentamente, energicamente è opulently perceive per chî u rispettu di u putere intellettuale aumenta in modu esponenziale. Stu incrementu di u putere intellettuale / cugnitivu / cuntemplativu hê un magnificu statu di vita induve a Vitamina M hê aduprata cum'è carburante per un tale crescita esponenziale. Cù una tale crescita di un intellettu per via di ragiunamentu esperienziale, 12 dimensioni di a so vita sò animate è cumincianu à funziunà in un statu di magnificenza induve ogni ghjornu di a vita hê opulente. Per ghjunghje à un tali statu, a cunessione trà u ragiunamentu esperientiale è l'energia persunale pò esse capitu cusì:

U ragiunamentu sperimentale principia cù l'esperienze di vita diretta chî sò ligati à i prublemi è e situazioni di u mondu reale. A facilitazione di l'apprendimentu direttu si trova esaminendu riflessivamente e so sperienze è acquistendu internamente a saviezza da una tale riflessione.

2) Pone e dumande, investigà, sperimentà, aumentà a curiosità, aumentà a creatività, costrui u significatu, è capisce chî u putere persunale hê utilizatu in tutte queste attività mentali aumenta l'abilità di ragiunamentu esperienziale.

3) A riflessione, l'analisi critica è a sintesi di l'infurmazioni basate nantu à l'avvenimenti / l'esperienze / a cunniscenza permettenu à e so capacità intellettuale di utilizà energie di core più grande è aumentendu a capacità di ragiunamentu.

4) Tentativu di guadagnà a chiarezza interna si trova quandu si cunnetta a forza intellettuale, a forza emotiva, cù a so sperienza generale in u cuntestu di 12 dimensioni. Utilizendu in modu stabile è riflettente a capacità di ragiunamentu permette à l'energie interna (personale) di aumentà e capacità intellettuale chî, à u turnu, aumentanu a pussibilità di l'accumulazione di vitamina M per ottene, risparmià è utilizendu soldi per u massimu benefiziu in tutte e 12 dimensioni.

5) A determinazione di a quantità è a qualità di l'esperienze dispunibili via l'utilizzazione di soldi richiede una riflessione stabile è un ragiunamentu annantu à quanta vitamina M deve esse aduprata per ottene una tale sperienza.

6) A fusione energetica si faci quandu una decisione sperimentale hè fatta per NON perdi ogni quantità di Vitamina M. Questu hè un statu di gioia, micca una limitazione cuntratta.

PERFORMANCE & ENERGIA PRIMAL

U rinfurzà di u rendiment hè intricatamente ligatu cù l'attivazione, a crescita è u raffinamentu di l'energia primaria (core). L'idee seguenti sò cintrali per rinfurzà u rendiment per ghjunghje l'uggettivi, sperimentà stati più grandi di piacè è opulenza, è accumule vitamina M:

1) Custruì e cumpetenze mentali, durezza mentale, focus, autoconfianza, determinazione, è stà in un statu di cuntrollu di l'energii si trova quandu un scopu hè tenutu in mente è i soldi sò usati cum'è Vitamina M, cun prudenza.

2) A pressione interna per fà diminuisce è a gioia naturale aumenta. Questu risultatu in l'energia primaria di sviluppu naturali.

3) Ci hè un vantaghju di l'eccellenza umana in tutti i facetti di a vita. A ricunniscenza di questu bordu permette à unu di puntà altu è sente a gloria è l'opulenza di questu bordu.

4) L'autodiscorsu pusitivu aumenta u rendiment è permette di mantene un puntu di vista ottimistu quandu si prova di avanzà più.

5) U miglioramentu di u rendiment si verifica cum'è a vitamina M hè più accumulata psicologicamente, avendu impatti in tutte e 12 dimensioni. U desideriu di rinfurzà a prestazione deve esse presente prima chì u miglioramentu di u rendiment si sviluppa. L'energia in u desideriu (vede a figura 1) si sveglia cun ricunniscenza di a natura dinamica di u desideriu.

6) U curagiu di piglià passi etichi in u sviluppu persunale evoluzione per via di a realizzazione di l'energia opulenta svegliata da una vita etica.

7) L'urgenza di piglià i passi ghjusti, ogni ghjornu è fermamente, si sviluppa cum'è unu sperimenta l'opulenza interna in u prugressu più avanzatu versu a realizzazione di u scopu.

8) Credenze forti si sviluppanu in quantu à a realizzazione di scopi stabiliti.

9) A so mente etichetta cumportamenti è attitudini pusitivi mentre si cuntinueghja à utilizà tecniche di visualizzazione.

10) A furmazione mentale diventa una parte integrante di u sviluppu è u almacenamentu di a Vitamina M. Questu porta à u piccu performance è u flussu.

11) Identificà cù stati di eccellenza porta à un rendimentu superiore.

12) A gestione di l'eccitazione (eccitazione), l'aumentu di l'attenzione, a motivazione, è stabilisce scopi realistici sò tutti sperimentati cum'è stati opulenti. I soldi sò usati per sperimentà è rinforzà questi stati.

13) Unu principia à sviluppà, stabilisce è mantene alti standardi cun un focusu nantu à l'auto-maestria.

14) A motivazione hè cultivata è a lotta per l'eccellenza segue senza esse chjappu in u perfeccionismu obsessivu.

15) Unu diventa focu annantu à u prucessu piuttosto cà i risultati è questu porta à sperienze u so viaghju versu un scopu cum'è opulente. Di sicuru, a realizzazione di ogni scopu hè gratificante è porta à un novu desideriu per altri scopi. Dunque, un flussu dinamicu cuntinueghja à accade in a vita piuttosto cà stagnazione.

16) A pratica deliberata porta à u sviluppu di l'expertise è à scopre a gioia in una mentalità orientata à u prucessu. A crescita in l'attenzione focalizata, l'adattabilità è u rendimentu migliuratu sò naturali.

17) U "cumu" di a so pratica in a realizzazione di i scopi hè più significativu di a quantità di tempu o sforzu postu. Una mentalità energetica permette à u "cumu" di ogni pratica per

ghjunghje à un statu di flussu, induve a quantità di tempu passatu in a pratica intenzionale hè naturalmente a "quantità di tempu ghjustu".

18) Unu ricunnosce cumu per creà u so propiu potenziale basatu annantu à u regnu di pussibilità in a so vita.

19) A rarisintazioni mentali di u successu di unu diventanu duru in a mente. energia hè utilizeda da piglià tutti i passi dritta in purtari sti rarisintazioni à fruttu.

20) Un capisce l'impurtanza di u feedback è corregge l'errore in a progressione di più. A pratica raffina ancu più è genera rarisintazioni mentali megliu chì portanu à una migliione sistematica.

21) A motivazione naturale da l'internu erupite cum'è l'opulenza hè sperimentata è unu hè alluntanatu da a so zona di cunfortu per più progressione.

U rendiment di più alta qualità richiede un impegnu "qualunque cosa". L'impegnu nasce in sè stessu quandu ci hè energia posta in intenzioni chì si movenu versu direzione chì portanu un scopu significativu. L'impegnu hè essenziale per u successu è capisce chì l'energia persunale pò raffinà più per via di a dedizione, furnisce l'impetu per mantene l'impegnu à fà u megliu di e so capacità una azione hè intrapresa. Ci hè una quistione cumuna, "quantu u vulete?" A risposta à sta quistione vene da u spaziu internu di u desideriu è a quantità di energia chì unu hè dispostu à mette per cumpiendu i desideri. Quandu una decisione hè presa chì abbandunà ùn hè micca una opzione, una decisione cusì intensa aumenta significativamente i livelli di energia interna, mentre chì si move versu u cumpletu di u scopu diventa assai focu. Qualità cum'è l'agilità mentale è fisica, a cunniscenza, etc., sò tutti necessari per esse impegnati cumpletamente versu a realizzazione di u scopu. L'impegnu hè ancu ligatu à a mente è l'accettazione di u so status attuale è a decisione di avanzà più cun l'accettazione. L'accettazione ùn implica micca stagnazione. À u cuntrariu, l'accettazione implica u sviluppu di una nova visione cù una

cunniscenza chjara di u statu attuale. Unu diventa cuscenza di e so sperienze internu è principia un prucessu d'interazione cù queste sperienze chì rinforza l'impegnu è l'attivazione di l'energia primaria. I seguenti sò punti chjave in quantu à l'impegnu, l'energia primaria è a vitamina M:

- 1) L'intensità di l'impegnu pò alluntanà unu più vicinu o più luntanu da i scopi, i valori, l'etica, a moralità è u megliu usu di soldi.
- 2) Esegue l'azzioni in a direzione ghjusta, soprattuttu quandu ùn si sente micca cum'è esegue queste azzioni, permette di resettate u flussu di energia core in l'emozioni è rinforzà a so risoluzione.
- 3) L'impegnu hà aspetti motivazionali induve a motivazione resta sustinuta piuttosto cà solu una splutazioni di alta emozione per via di l'eccitazione.
- 4) U rendiment ottimali risulta da l'azione ghjusta, u pensamentu ghjustu, u sensu ghjustu, a megliu visualizzazione è a sicurezza interna per via di u almacenamentu di vitamina M.
- 5) Una mente non vacillante si sviluppa per via di passi sistematici chì piglianu ogni ghjornu per impegnu.
- 6) L'emozioni anu una energia considerableu, è ponu fluttuà in parechje manere chì ponu distrughje u so impegnu. A forza di l'impegnu aumenta quandu l'emozioni restanu equilibrati per mezu di l'integrazione di pinsamenti-emozioni-memorie-è-desideri.
- 7) I travagli di prestazione diventanu più faciuli à esegue in una mentalità orientata à u prucessu, postu chì a resistenza à fà azione ripetitiva diminuisce. Parechji scopi necessitanu azioni ripetitive è l'avè pò assicurà facilmente. U movimentu fora di sti stati richiede a forza per supportà difficoltà è sfide senza perde a tenacità per rialzà i scopi.

Comu pudemu vede, u rendiment è l'energia primaria sò intricatamente ligati in seme, complementarii l'un l'altru, è permettenu di ghjunghje à un

statu di maestria di sè stessu quandu un sforzu consistente hè piazzatu. U sviluppu di e cumpetenze hè un aspettu criticu di u rendiment rinforzatu è l'energia hè necessaria per stu sviluppu. A ricunniscenza di l'impurtanza di mette l'energia in u sviluppu di e cumpetenze permette di utilizà in modu efficace u tempu in l'apprendimentu di novi cumpetenze è di sviluppà una prospettiva progressiva. I prublemi internu, cum'è a cunfusione, a mancanza d'impegnu, a stanchezza, u cambiamentu di i scopi à u puntu di ùn fà nunda, etc., tutti ponu creà una bassa autoestima è dispersione di energia. Cusì, dedicà u tempu adattatu à a pratica deliberata, cuscente, pianificata è intenzionale hè critica. In a vita di l'autore, a corsa maratona in tutti i 50 stati hè un esempiu vivu di pratica deliberata cù sforzu consistente è l'esperienza di gioia chì accompagna a realizzazione di u scopu. U sacrificiu di u tempu, l'energia è parechje altre sperienze pò esse necessariu basatu annantu à l'altezza di un scopu. U più altu u scopu, u più grande u sacrificiu di tempu è energia. U sacrificiu di l'energia hè u raffinamentu di l'energia cum'è unu si move versu l'obiettivu alti. A vuluntà di unu di stabilisce standardi persunali di eccellenza determina u livellu di successu. Mindfulness di u so status di ogni ghjornu porta à piglià e decisioni ghjustificate nantu à una strada scelta. Consistently (ghjornu) fà è implementà e decisioni ghjusta versu un scopu sceltu porta à u sviluppu di livelli più altu di impegnu, chì à u turnu, porta à piglià una decisione megliu, etc. Diventa un ciclu di feedback pusitivu, è unu principia à eccelle. I scopi ponu varià da l'ordinariu à l'altu. Indipendentemente da a natura di i scopi scelti è u so livellu di difficoltà, l'utilizzazione di a Vitamina M deve esse per un benefiziu tutale senza usà alcuna putenza di Vitamina M in una manera chì distrae da i scopi scelti. I soldi diventanu un carburante per realizà verità straordinarie è acquistà direttamente esperienze diverse furnite in u mondu materiale.

I valori sò ancu critichi per stabilisce scopi. Piglià passi in cunfurmità cù i so valori riflette in u so cumpurtamentu / azione. Se i valori ùn sò micca

riflessi in l'azioni, sò solu esistenti superficialmente in a mente è ùn portanu micca assai forza. A vera forza di i valori deriva da a so manifestazione in e so azioni. Queste azioni impactanu tutte e dimensioni 12 (vede a Figura 1) cù una energia etica potente. I valori di unu, esistenti cum'è a fonte di e so azioni, sò naturalmente rilevati è apprezzati da l'altri.

In più di i valori persunali, a cumunicazione cù i mentori è l'altri hè essenziale per una progressione ulteriore, perchè a guida è u feedback onestu da l'altri sò necessari per più crescita. Inoltre, attraversu un tali mentoring, fà sforzi cuscenti per mantene in una mente pusitiva permetterà à l'emozioni di utilizà una energia di bona qualità. L'emozioni cum'è a frustrazione, a rabbia, u disprezzu, etc., pò esse cambiatu per via di boni relazioni cù i pari è i mentori. Un pò facilmente affundà in emozioni negativi è drenanti di energia è perde di vista i so scopi. A prevenzione di sta diversione hè pussibile quandu unu detecta l'iniziu di un tali prucessu negativu è deliberatamente u devia in un quadru pusitivu di mente. Tale maestria vene quandu u putere di Vitamina M hè utilizatu in modu coerente è attente in ogni casu di a vita. Per capisce sta verità, unu deve sperienze praticà ogni ghjornu. A pratica coerente ùn hè micca sempre còmoda in quantu à u megliu usu di a vitamina M. U putere di a vitamina M hè assai individualizatu basatu annantu à e circustanze di a vita generale in 12 dimensioni, è l'usu attente di stu putere ùn hè micca sempre còmode è ùn hè certamente micca u cumpletu istantaneu di qualsiasi. è tutti i desideri. U soldi utilizatu com'è vitamina per energizà u rendiment hè unu di i migliori usi di soldi chì sveglia a realizzazione interna di a manera chì l'energia scorri in a vita.

L'impurtanza di u liberu arbitru hè ancu enfatizatu da l'autore chì hà utilizatu u liberu arbitru per progressà in modu stabile in l'ottenimentu di scopi elevati, cum'è ghjunghje à a cima di u Monte Everest in mezzo di difficoltà straordinarie. L'attivazione di l'energia primaria hè stata

sperimentata da l'autore durante questu sforzu è hè indicativa di u fattu chì ogni persona hà a so energia primaria in forma dorme. Utilizà e pratiche di ogni ghjornu per ghjunghje à i scopi scelti hè una scelta è vene da l'energia cruda dispunibile in a so vulintà chì hè liberu di sceglie. A libera volontà è i prucessi decisionali permettenu di rifocalizà nantu à i cambiamenti chì si verificanu in u tentativu di ghjunghje l'uggettivi. Refocusing richiede pacienza per ùn agisce in modu impulsivu è per piglià risichi più grande, videndu difficoltà da parechje prospettivi, è esige intelligenza energetica per piglià e migliori decisioni nantu à i prossimi passi. L'abilità di vede realisticamente u livellu di difficoltà per ghjunghje à l'uggettivi è poi impegnà à elli in modu coerente hè tutta parte di l'intelligenza energetica. L'utilizzazione di a putenza di a vitamina M è l'esperienza di stati estatici senza dannu risultati naturali in un tali impegnu. Quandu a difficoltà di u travagliu aumenta, unu utilizza quantità più grande di energia core, chì impacta l'impegnu. Una vista riflessiva di a difficoltà in a realizzazione di u scopu permette di fà un passu in daretu è di rivalutà i so passi successivi o ancu mudificà i scopi. Tuttu chistu hè un viaghju persunale è esige una riflessione ferma.

L'ATTIVAZIONE DI L'ENERGIA PRIMAL PUSSIBILE QUANDU C'È UN FOCUS SINGU-MINDED TOWARD A REALIZZAZIONE DI OBIETTIVI. U GRANDE A DIFFICULTÀ DI UN OBJECTU, U GRANDE FOCUS E ACTIVATION DI ENERGIA PRIMAL. L'ENERGIA PRIMAL, UNA VOLTA ACTIVATA, REGENERATES AND REJUVENATES SI, COME UN CONTE BANCA DI MULTI-MILLIONI DOLLAR CHE ACCUMULA PIÙ E GRANDE INTERESSE. A VITAMINA M HÈ ENERGIA CORE RIFINATA CHE POSSIBILE ILLUMINARE A VITA, IRRISPETTIVAMENTE DI QUANTO DENARI SIA IN U CONTU BANCA. COME A VITAMINA M CRESCE, I SOLDI CRESCE... COME CRESCE I SOLDI, USU COME VITAMINA CAUSA ILLUMINAZIONE IN VITA.

-- RICKY SINGH

CAPITOLU 7 **RESULT-CENTRIC VS.** **MENTALITÀ ORIENTATA À** **PROCESSU**

"Un deve avvicina tutte e attività è situazioni cù a listessa sincerità, a listessa intensità è a listessa cuscenza chì unu hà cù l'arcu è a freccia in manu.

- Kenneth Kushner, Una freccia, una vita

DISINTEGRAZIONE ENERGIA VS. INTEGRAZIONE **ENERGETICA: UNA SCELTA**

Per convergere nantu à u presente, unu deve rinunzià, almenu brevemente, u so attaccamentu mentale à u scopu desideratu, chì permette di sfruttà u putere internu in una tale convergenza. Per esse cumpletamente in u presente, i so pinsamenti ùn ponu micca esse sviati in un risultatu futuru mentre diminuite u so putere in u presente. A pressione interna per ghjunghje à un scopu diminuisce è pò ancu dissiparà cumpletamente quandu l'arti di esse assorbitu in una mentalità orientata à u prucessu hè maestru. Trasfurmà l'attenzione da un scopu predeterminatu è rende u prucessu di ottene u scopu predeterminatu cum'è un scopu, risultati in tutte a tensione interna, pressione, preoccupazione, ansietà, attritu internu, cunflittu internu, ecc. Quandu u so scopu hè di mette u putere internu in l'azzioni chì si compie invece di perdi u putere mentale cuncentrazione in un scopu orientatu à u futuru, una grande vitalità si sveglia, creendu meravigliosi salti di prugressu. A gioia intrinseca erupte è ferma in u so spaziu internu per ùn ritardà a gioia, tenendu in mente a gloria di u so viaghju versu un scopu predeterminatu. U non-ritardu di gioia hè intrinsecamente presente in una mentalità orientata à u prucessu è hè pivotale per u almacenamentu è u megliu utilizzazione di Vitamina M. Una grande sutilezza esiste per fà un tali cambiamentu trasformativu in l'approcciu di l'uggetti fissi chì trasforma l'attitudine è l'approcciu cun riguardu à a realizzazione di tutte l'azzioni in a vita.

Quandu unu ferma in un statu di cuscenza cuntinuu di a so attività, grandi sentimenti di stabilità è armonia sò naturali. A prisenza di sti sentimenti genera l'attivazione di l'energia è permette più crescita è sviluppu per via di u flussu energeticu interconnessu. Ci hè una diminuzione considerableu in a so conversazione è a chiacchiera interna quandu si vene veramente à l'attività

centrata in u presente in una mentalità orientata à u prucessu. U rallentamentu

a mente hè in realtà energizendu più in più mantenendu l'energia in l'attività stessa, piuttosto chè sparte trà l'attività attuale è i pinsamenti nantu à i scopi predeterminati. Fighjendu i so putenzi mentali in una mentalità orientata à u prucessu permette à un individu u gestisce parechje attività in tuttu u ghjornu cù una grande gioia, soddisfazione, integrazione energetica inherente, è eliminendu a reattività dannosa. In generale, a mente prova di gestisce una longa lista di attività chì deve esse fattu in u futuru, chì porta à u sviluppu di a tensione. In una mentalità orientata à u prucessu, ci hè ancu temporaneamente da parte l'ossessione di a mente per i risultati. Una mentalità centrata in i risultati ritarda a gioia è crea un drenaje innecessariu di l'energia chì hè necessariu per fà l'attività à u megliu di e so capacità in u presente. Quandu unu hè veramente in una mentalità orientata à u prucessu, ogni azione si faci senza resistenza intrapsichica, riferite à un grande flussu di energia induve ci sò riduzioni è pussibili distruzioni di frustrazione è impazienza. Tuttavia, ci vole à esse cuscenti di a so capacità di mantene un puntu di vista realisticu di una mentalità orientata à u prucessu in modu chì ùn si finisce micca di creà aspettative inaccessibili. A ricunnosce a gloria di una mentalità orientata à u prucessu hè u principiu di capisce chì unu pò stà in u presente è mantene a so mente da esse disturbata o distractata da volte è avanti trà u passatu è u futuru.

U desideriu di stà in u presente crea a mente di mette l'energia in ciò chì hè fattu avà. L'azzioni chì sò realizati in u presente sò realizati perchè unu vulete eseguisce in u presente senza dissipazione energetica. Tutte l'energii prisenti fisiologicu è psicologicu sò posti in l'azione chì hè esse realizatu per chì u movimentu versu l'uttenimentu di un scopu si faci senza impazienza, frustrazione è inquietudine, cù una realizzazione chjara chì a vita si trova solu in u presente.

Cum'è unu diventa più cuscente di l'idee discussate finu à quì, u sviluppu di una mentalità orientata à u prucessu è alluntanassi da una mentalità centrata in i risultati porta à fà l'attività cum'è prufondamente è maravigliosamente pussibile, senza resistenza interna.

Kenneth Kushner, in u so libru, "One Arrow, One Life" hà dichjaratu: "Un deve avvicina tutte e attività è situazioni cù a listessa sincerità, a listessa intensità, è a listessa cuscenza chì unu hà cù l'arcu è a freccia in manu". tali cuncentrazione, unu impedisce a disintegrazione di energia chì si trova in una mentalità centrata in i risultati. A cunvergenza nantu à u presente accade in una mentalità orientata à u prucessu, induve unu deve rinunzià, almenu brevemente, u so attaccamentu mentale à l'ughjettu desideratu, cum'è dichjaratu prima. Sfrutta u putere internu in una tale convergenza diventa pussibile ricunnosce chì l'attivazione di l'energia di u core hè u più pussibile per esse veramente u presente è eseguisce ogni attività in modu correttu è cumpletamente pussibile.

Cunnessioni trà una mentalità orientata à u prucessu è u putere di Vitamina M sò mostrati quì sottu:

1) Resta cumpletamente in u presente per un permette à i so pinsamenti di svià in un flussu di pensamentu centratu in i risultati. A vitamina M diminuisce quandu una mentalità centrata nantu à i risultati si trova per via di l'energia necessaria in u presente chì hè deviata in un focusu nantu à u risultatu.

2) A cuscenza di a pressione interna per ghjunghje à un scopu porta à piantà a dissipazione di l'energia in una mentalità centrata in i risultati. A piantà di sta dissipazione di energia hè un arte.

3) Capendu chì a tensione interna, a pressione, a preoccupazione, l'ansietà, l'attrito internu, u cunflittu internu, etc., sò tutti esibiti da una mentalità centrata in i risultati, permettenu di trasfurmà a mente deliberatamente è cuscente in una visione orientata à u prucessu è

piglià l'azzioni. attraversu quella visione. Fendu cusì ùn ritarda micca a gioia è porta à più maestria di a mente. Questu porta à u almacenamentu di vitamina M.

4) A vitalità si sveglia per via di e gioie intrinseche di stà in u presente mentre si viaghja versu i scopi. Mantene a mente in a gloria di u so viaghju permette un cambiamentu trasformativu in l'attitudine, l'approcciu è l'apprezzazione per u viaghju stessu. Esiste una grande suttilità in fà un tali cambiamentu trasformativu in l'approcciu versu i scopi fissi.

5) L'autodiscussione negativa è a chiacchiera interna innecessaria diminuiscenu cum'è unu resta attivamente impegnatu in u presente per via di un approcciu present-centric.

6) A so mente rallenta in realtà è si energizeghja mantenendu l'energia intacta piuttosto chè di split, cum'è accade in un approcciu centratu in i risultati. Questa split hè trà l'attività attuale versu un scopu è l'over-focus in u scopu stessu.

7) Scheduling l'abitudini in a vita è vede a cunessione di l'energia core, ancu in picculi abitudini, aumenta a capacità di stà in u presente.

8) Ricunosce i mudelli di cumportamentu attuale è cambiassi in un approcciu orientatu à u pruceddu, cuminciendu cù picculi scopi. A maestria di stu approcciu cù picculi scopi hà da costruisce a fiducia è a cunniscenza di cumu utilizà u stessu approcciu cù scopi assai più grande.

9) Stick to your schedule, even in small ways. Questu permetterà à unu di utilizà u tempu è l'energia in u megliu modu pussibile, cù a realizzazione chì u tempu hè preziosu è una volta andatu, ùn torna micca. Questu prumove l'usu è u almacenamentu di vitamina M.

10) Identificà una persona o parechje persone chì ponu aumentà a responsabilità. Questu permette di più focu annantu à i passi curretti da piglià ogni ghjornu.

11) Focus nantu à ciò chì hè pussibile piuttosto cà di stabilisce scopi irrealistici è orientati à a fantasia.

12) Esaminà attentamente l'ambiente è ridisegnu per successu.

13) A fine di ogni ghjornu di travagliu, scrivite i risultati.

14) Stabilite attentamente e priorità per ciò chì deve esse fattu ogni ghjornu.

15) Ricunniscite l'energia presente in cuncentrazione in un compitu è mantene l'equilibriu via una mentalità orientata à u prucessu.

16) Tutti i travaglii infiniti anu da esse scrittu è cumpletati per via di un approcciu orientatu à u prucessu per chì a tensione nantu à sti travaglii in modu chì a tensione mentale ùn s'acumule micca.

Cum'è una mentalità orientata à u prucessu si prende cum'è parte di l'applicazione di l'idee presentate, a vita estatica diventa pussibile per via di a cunservazione di a vitamina M è a megliu utilizzazione.

L'utilizzazione costruttiva di l'energia porta à u progressu generale, mentri l'utilizzazione distruttiva di l'energia distrugge a capacità di perceive a vita ordinaria cù una visione straordinaria.

- Ricky Singh

CAPITOLU 8

UN NOVU INIZIO

Avemù fattu un viaghju straordinariu in u putere di i soldi è sperendu chì rializemu l'impattu di i soldi nantu à tutti l'aspetti di a vita. U cuncettu di soldi cum'è Vitamina, s'ellu hè veramente internalizatu, pò esse risultatu in una vita piena di gioia nantu à a fundazione di equilibriu. A mente umana, in parechje manere, hè dipendente à l'attività di ricerca di sensazioni chì necessitanu quantità maiò di soldi. Se l'idea di Vitamina M hè veramente capitu, cum'è a speranza di l'autore, a vita di ogni lettore pò esse veramente trasfurmata per via di l'evoluzione di una visione totalmente nova di soldi.

Ancu semu ghjunti à a fine di stu libru, simu veramente ghjustu à u principiu di applicà l'idee presentate. U veru putere esiste in l'applicazione di l'idee è vede a so verità direttamente piuttosto cà solu d'accordu o disaccordu. L'applicazioni è l'esperimentazione di cumu per salvà è aduprà u megliu soldi pò esse risultatu in una maestria più grande di a mente. A maestria di sè stessu in quantu à u sviluppu finanziariu hè critica in tutti l'aspetti di e civiltà umane è hà implicazioni maiò in quantu à e decisioni prese ogni ghjornu.

L'uggettivi à cortu termine, à longu andà è finali deve esse sviluppati per a vita per avè significatu è scopu. L'autore hà pruvatu à presentà u putere di una mentalità orientata à u pruceddu chì permette à unu di stà in a bellezza di u presente effettuendu l'azzioni cum'è energicamente è stabile pussibile senza dissipà energia trasferendu l'attenzione versu i risultati di i desideri. Di sicuru, mantene i scopi in mente hè necessariu, ma, una volta chì i scopi sò stabiliti, per mantene l'attenzione in u pruceddu di ghjunghje à quelli scopi cù una grande stabilità emuzionale è integrazione hè pussibile è desiderate. Sì i lettori abbraccianu veramente queste idee è pruvate d'applicà in a vita di ogni ghjornu, u scopu di stu libru seria cumpletu. (Per piacè attraversà à u vostru piacè i diagrammi contemplativi, postu chì darà à i lettori l'uppurtunità di riflette, discutiri è applicà l'idee presentate in stu libru).

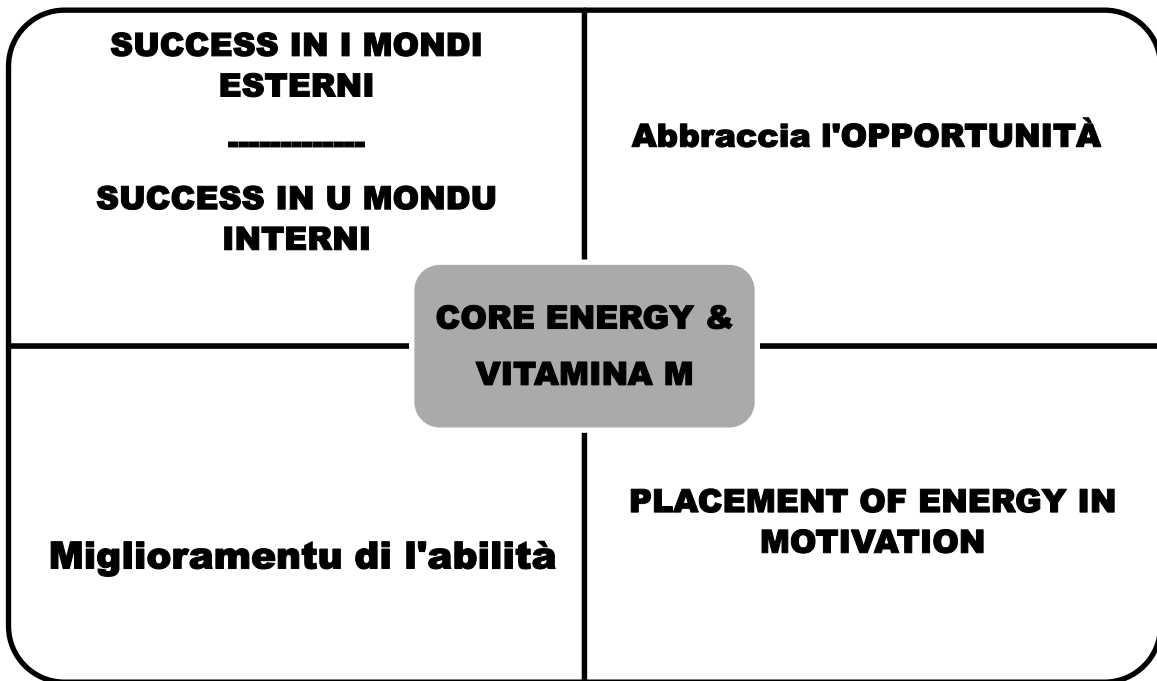
Troppu spessu, i cunflitti umani sò dovuti à prublemi finanziarii, assai di quali sò u risultatu di una mala decisione, l'usu impulsivu di soldi, è a presa di risichi innecessarii. Quandu l'umanità capisce chì u soldi hè energia è hè almacenatu psicologicamente cum'è una Vitamina in a mente, l'energia straordinaria pò svegliate in a civilizzazione umana. Una volta chì questu accade, noi cum'è una razza umana sana, simu pronti per un novu principiu.

DIAGRAMMI CONTEMPLATIVI
PER L'AUTIREFLESSIONE &
DISCUSSION

DIAGRAMMA #1

LIBERTÀ FINANZIARIA E INTERNA

A figura quì sottu illustra l'utilizzazione di l'energia core è a vitamina M in quantu à a libertà finanziaria è a libertà interna. Siate tranquillamente in un locu, è fate a seguente quistione è poi discute cù l'altri: Chì ghjè l'interconnessione trà tutti i scatuli in quantu à l'energia di u core è a Vitamina M?



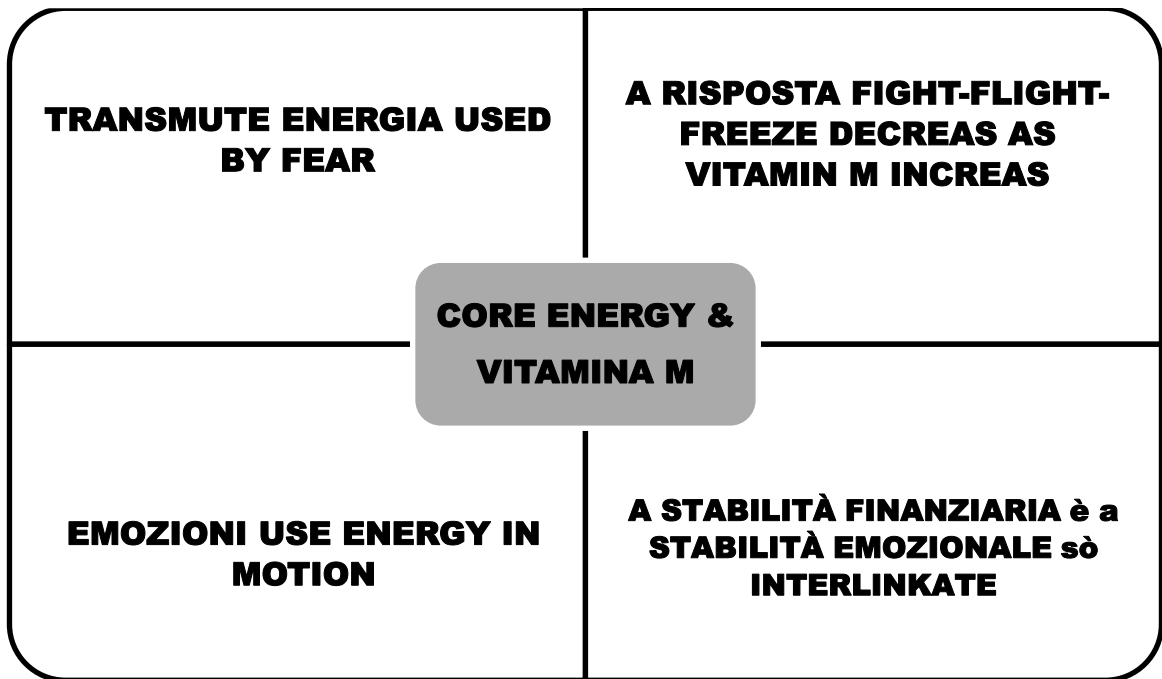
PER A VOSTRA RIFERENZA:

In a teoria microeconomica, u costu d'opportunità, o costu alternativu, hè a perdita di guadagnà potenziale da altre alternative quandu una alternativa particolare hè scelta sopra l'altri. In termini semplici, u costu di l'uppurtunità hè a perdita di u benefiziu chì puderia esse gudutu s'ellu ùn era micca fattu una scelta determinata.

DIAGRAMMA #2

RELAZIONE FRA PURA E INSECURITY

A figura quì sottu illustra l'utilizzazione di l'energia di u core è di a vitamina M in relazione à u timore è a insicurezza. Siate tranquillamente in un locu, è fate a seguente quistione è poi discute cù l'altri: Chì ghjè l'interconnessione trà tutti i scatuli in quantu à l'energia di u core è a Vitamina M?



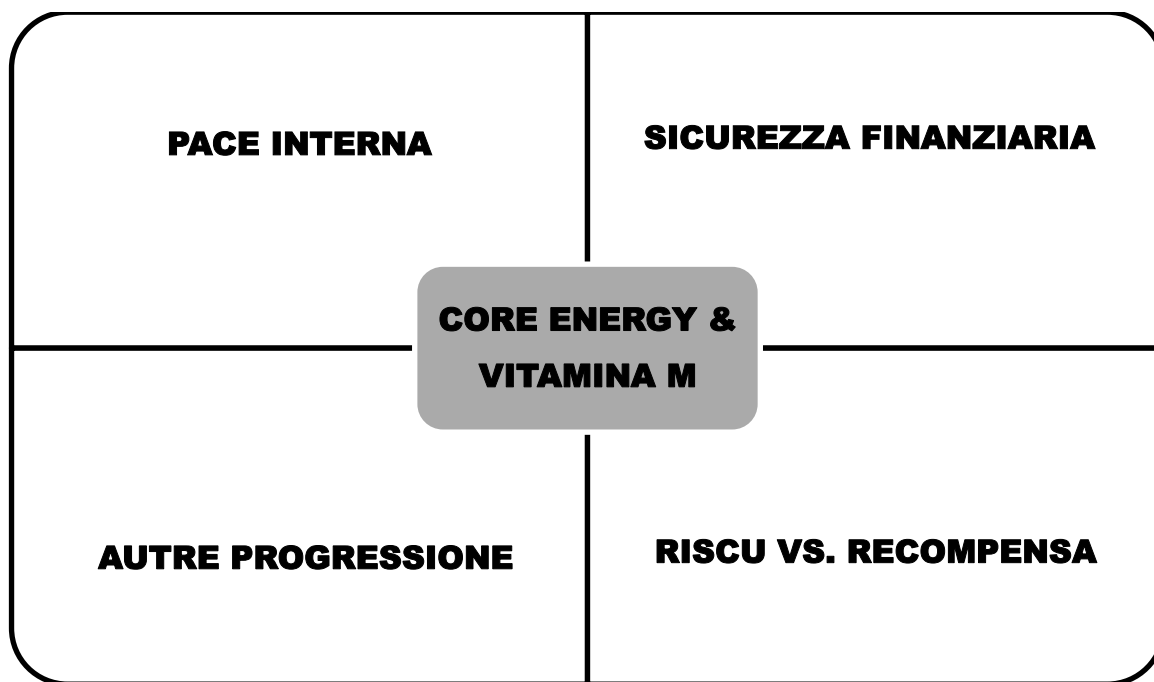
PER A VOSTRA RIFERENZA:

U timore hè una emozione indotta da u periculu o a minaccia perceptitu, chì provoca cambiamenti fisiulogichi è, in ultimamente, cambiamenti di cumportamentu, cum'è fughje, nasconde, o congelazione da avvenimenti traumatici perceptiti. U timore in l'esseri umani pò esse in risposta à un certu stimulu chì si trova in u presente, o in anticipazione o aspittà di una minaccia futura perceptita cum'è un risicu per sè stessu. A risposta di u timore nasce da a percezzione di periculu chì porta à un cunfrontu o scappa da / evitendu a minaccia (cunnosciutu ancu cum'è a risposta di lotta o di volu), chì in casi estremi di paura (orrore è terrore) pò esse una risposta congelata, o paralisi.⁶⁴ A sicurezza emotiva hè a misura di a stabilità di u statu emutivu di l'individuu. L'insicurità emotiva o simpricimenti insicurezza hè un sensu di disagio generale o nervousità chì pò esse attivatu da a percezzione di sè stessu vulnerabile o inferitu in qualchì modu, o un sensu di vulnerabilità o inestabilità chì minaccia l'immagine di sè stessu o l'ego.

DIAGRAMMA #3

SICUREZZA FINANZIARIA E PACE DI MENTE

A figura quì sottu illustra l'utilizzazione di l'energia core è a vitamina M in relazione à a sicurità finanziaria è a pace di mente. Siate tranquillamente in un locu, è fate a seguente quistione è poi discute cù l'altri: Chì ghjè l'interconnessione trà tutti i scatuli in quantu à l'energia di u core è a Vitamina M?



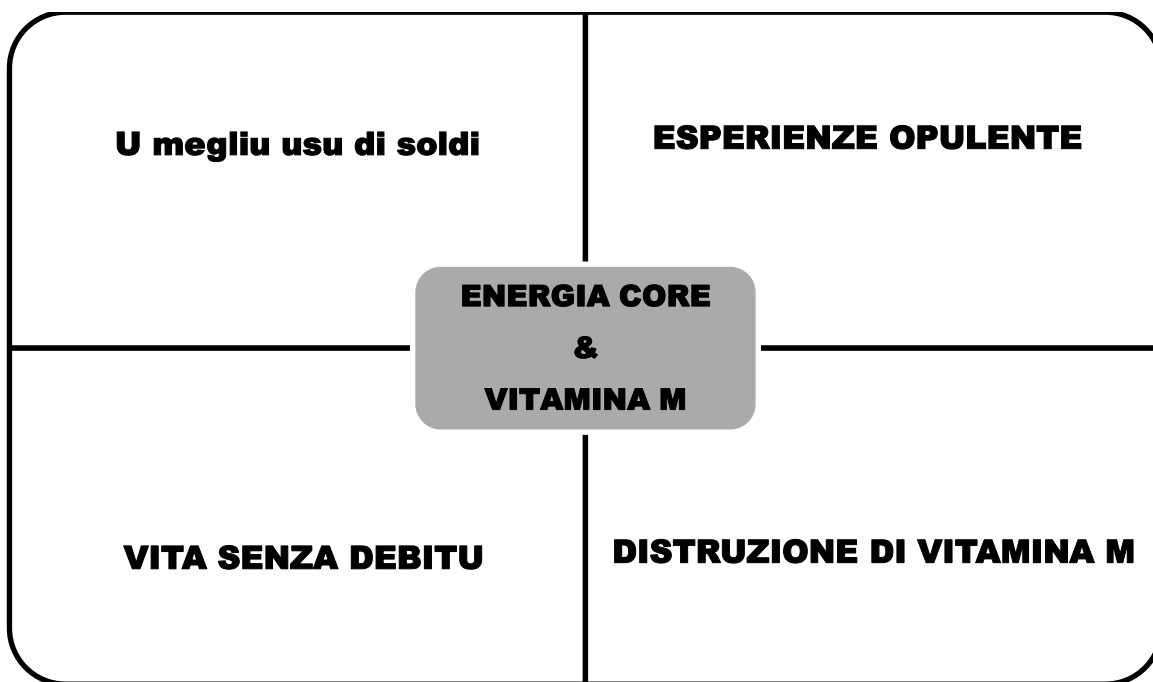
PER A VOSTRA RIFERENZA:

A pace interna (o a pace di a mente) si riferisce à un statu deliberatu di calmu psicologicu o spirituale malgradu a presenza potenziale di stressors, cum'è a carica derivante da finta d'esse qualcunu altru puderia disturbà a pace interna. Esse "in pace" hè cunsideratu da parecchi per esse sanu (omeostasi) è u cuntrariu di esse stressatu o ansioso è hè cunsideratu cum'è un statu induve a nostra mente si cumporta à un livellu ottimali cù un risultatu pusitivu. A pace di a mente hè dunque generalmente assuciata à a felicità, a felicità è a cuntenta.

DIAGRAMMA #4

LIBERTÀ FINANZIARIA & U MONDU MATERIALE

A figura quì sottu illustra l'utilizzazione di l'energia core è a vitamina M in relazione à a libertà finanziaria è u mondu materiale. Siate tranquillamente in un locu, è fate a seguente quistione è poi discute cù l'altri: Chì ghjè l'interconnessione trà tutti i scatuli in quantu à l'energia di u core è a Vitamina M?

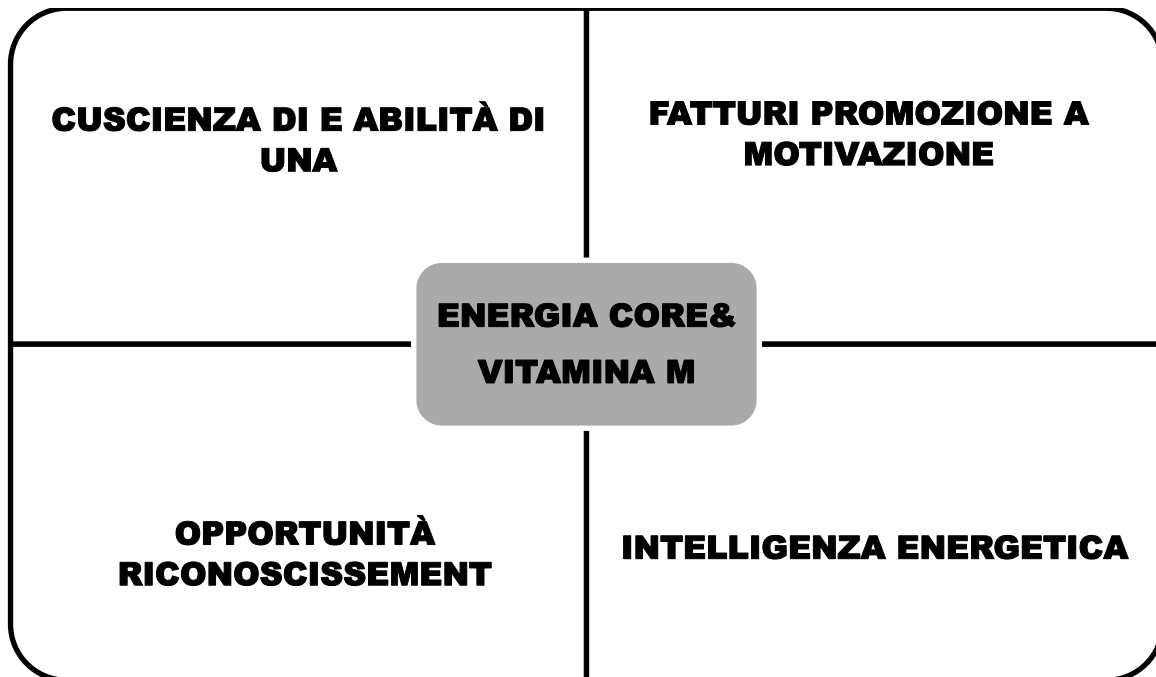


PER A VOSTRA RIFERENZA:

L'indipendenza finanziaria hè u statutu d'avè abbastanza ingressu per pagà e so spese di vita per u restu di a so vita senza avè da esse impiegatu o dipendente di l'altri. L'ingudu guadagnatu senza avè da travaglià un travagliu hè comunemente chjamatu ingressu passivu. Ci hè parechje strategie per ottene l'indipendenza finanziaria, ognunu cù i so benefizii è svantaghji. Qualchissia chì vulete ottene l'indipendenza finanziaria pò truvà utile per avè un pianu finanziariu è un budgetu per avè una vista chjara di i so ingaghjamenti è e spese attuali è ponu identificà è sceglie strategie adatte per andà versu i so scopi finanziari. Un pianu finanziariu indirizza ogni aspettu di e finanze di una persona.

DIAGRAMMA # 5
FATTORI DI SUCCESSO: ABILITÀ - MOTIVAZIONE - OPPORTUNITÀ

A figura qui sotto illustra l'utilizzazione di l'energia di u core è a vitamina M in quanto à i fattori di successo. Siate tranquillamente in un locu, è fate a seguente quistione è poi discute cù l'altri: Chì ghjè l'interconnessione trà tutti i scatuli in quanto à l'energia di u core è a Vitamina M?



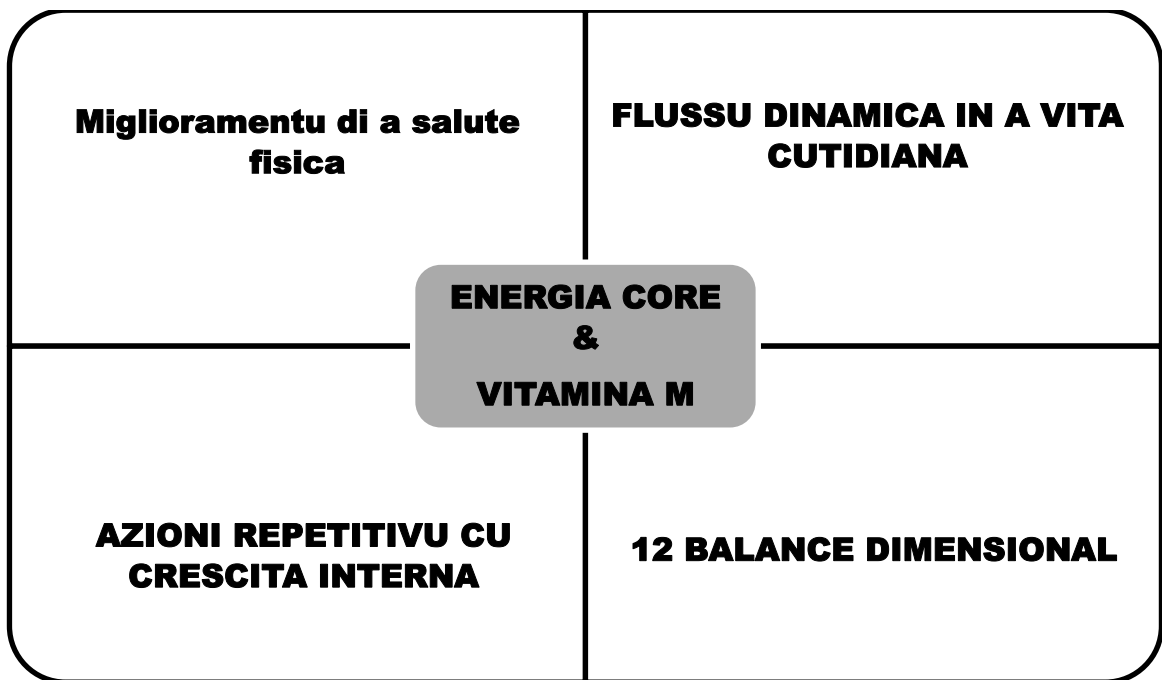
PER A VOSTRA RIFERENZA:

A motivazione hè un mutivu per l'azzioni, a vuluntà è i scopi. A motivazione hè derivata da a parolla mutivu o un bisognu chì esige satisfazione. Questi bisogni, desideri, o desideri pò esse acquistati per influenza di a cultura, a sucietà, u stilu di vita, o forse in generale innate. A motivazione di l'individuu pò esse ispirata da e forze esterne (motivazione estrinseca) o da elli (motivazione intrinseca). A motivazione hè stata cunsiderata unu di i mutivi più impurtanti per avanzà. A motivazione hè u risultatu di l'interazzione di fattori coscienti è inconsciente. U maestru di a motivazione per permette una pratica sustinuta è deliberata hè centrale à alti livelli di realizzazione, per esempiu, in sport d'elite, medicina o musica. A motivazione governa e scelte trà e forme alternative di attività voluntaria.

DIAGRAMMA #6

RESTÀ IN A NOVITÀ DI L'ESPERIENZA DI VITA CUTIDIANI

A figura quì sottu illustra l'utilizzazione di l'energia di u core è a vitamina M in relazione à a novità di l'esperienze di a vita di ogni ghjornu. Siate tranquillamente in un locu, è fate a seguente quistione è poi discute cù l'altri: Chì ghjè l'interconnessione trà tutti i scatuli in quantu à l'energia di u core è a Vitamina M?



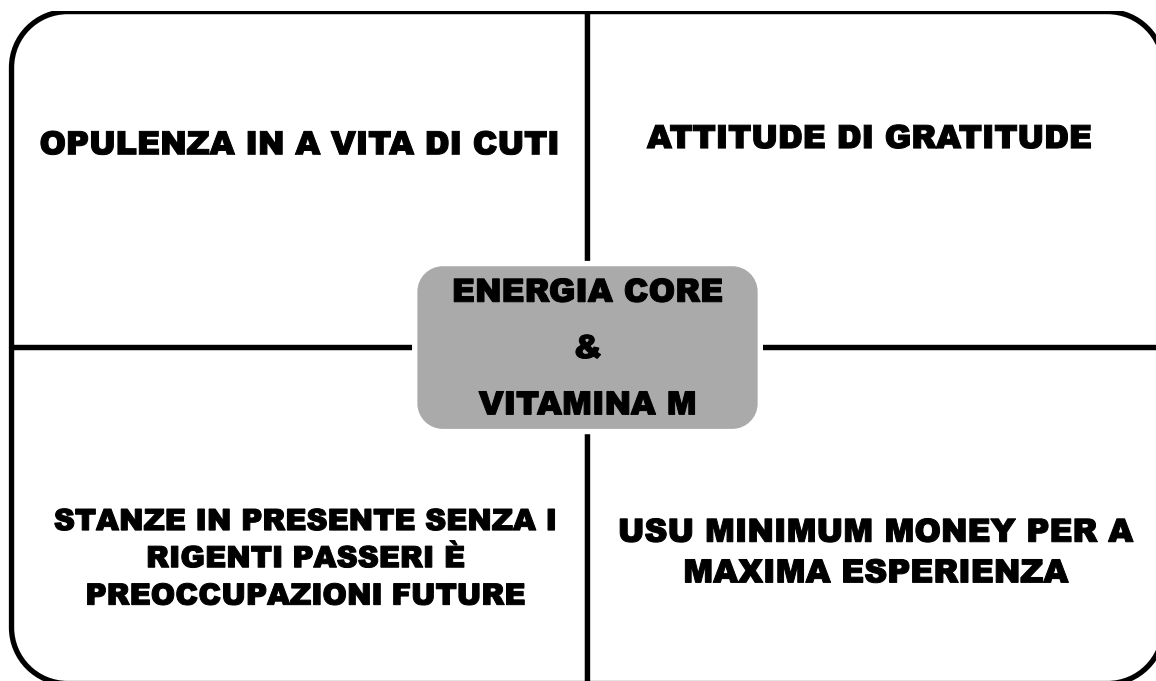
PER A VOSTRA RIFERENZA:

L'innuvazione hè comunmente definita cum'è a "realizzazione di novi cumminazioni" chì includenu "l'intruduzioni di novi merchenzie, ... novi metudi di pruduzione, ... l'apertura di novi mercati, ... a cunquista di novi fonti di supply ... è a realizzazione di una nova urganizzazione di ogni industria".

DIAGRAMMA #7

TROUVER U STRAORDINARU IN ORDINARY

A figura quì sottu illustra l'utilizzazione di l'energia di u core è a vitamina M in quantu à avè una visione straordinaria di l'esperienze di ogni ghjornu. Siate tranquillamente in un locu, è fate a seguente quistione è poi discute cù l'altri: Chì ghjè l'interconnessione trà tutti i scatuli in quantu à l'energia di u core è a Vitamina M?



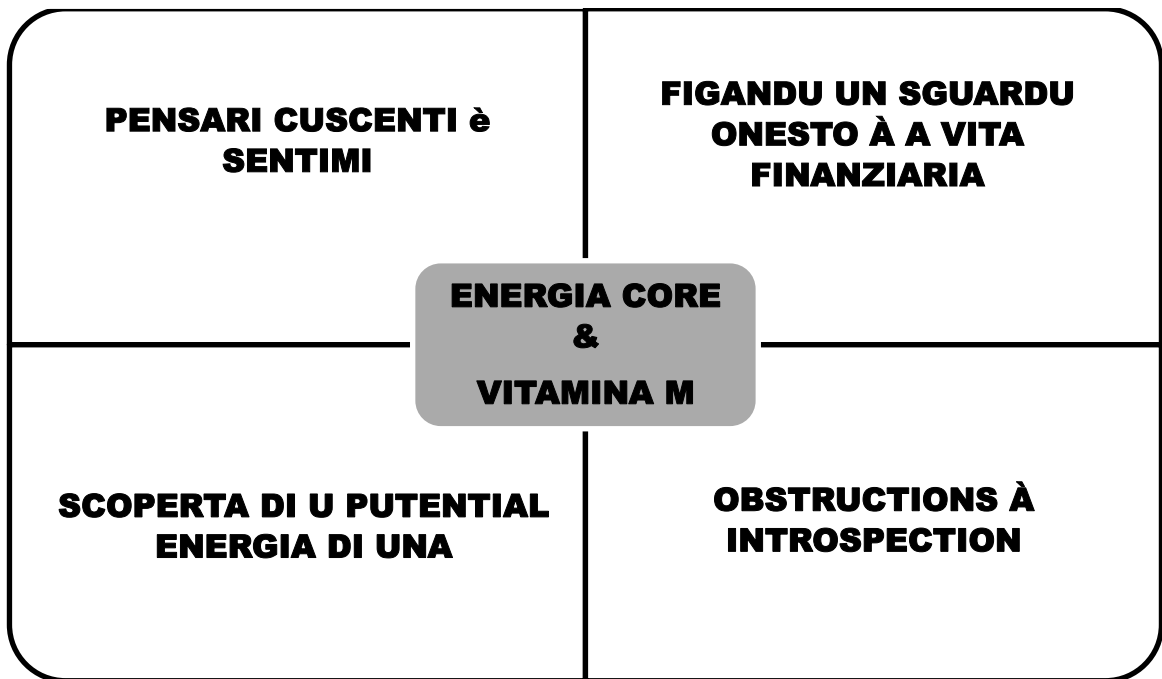
PER A VOSTRA RIFERENZA:

A ghjente vive in un ambiente dinamicu in costantemente cambiante. U nostru ambiente internu hè ancu dinamicu è hè carattarizatu da prucessi biologichi è mentali chì sò in flussu costante. Senza questi cambiamenti in l'ambienti esterni è internu, a vita nantu à a terra ùn esisteria micca. A dimensione in u quale tutti issi cambiamenti accadenu hè chjamatu "tempu". Senza aspittà nantu à a so natura esatta, "tempu" pò esse rappresintatu da un clock è hè una nozione utile chì furnisce una bona spiegazione per i fenomeni fisichi in u nostru ambiente esternu. Cum'è l'altri urganismi, l'omu deve esse capace di rilancià à u "tempu" per sopravvive è aghjustà à l'ambiente esternu. Questu presuppone chì l'infurmazione nantu à u "tempu" hè trasmessa è percepita. Siccomu nisun sistema perceptivu umanu cunnisciutu hè dedicatu à u "tempu", l'esperienze tempurale subjective sò prubabile di cumpensà sta mancanza. Specificamenti, sti sperienze subjective ponu esse basate nantu à cambiamenti internu in l'avvenimenti cum'è riflessu da i clock interni o prucessi di memoria. Questi cambiamenti sò correlati monotonicamente cù "tempu" è cusì ponu furnisce infurmazioni utili nantu à u so passaghju. U tempu psicologicu hè un sentimentu subjectivu chì hè in relazione cù l'esperienze tempurale.

DIAGRAMMA # 8

L'IMPORTANZA DI INTROSPECTION

A figura quì sottu illustra l'utilizzazione di l'energia di u core è a vitamina M in relazione à l'introspezione. Siate tranquillamente in un locu, è fate a seguente quistione è poi discute cù l'altri: Chì ghjè l'interconnessione trà tutti i scatuli in quantu à l'energia di u core è a Vitamina M?



PER A VOSTRA RIFERENZA:

L'introspezione hè l'esaminazione di i so pinsamenti è sentimenti cuscenti. In a psiculugia, u pruceddu di l'introspezione si basa nantu à l'osservazione di u statu mentale, mentre chì in un cuntestu spirituale pò riferite à l'esame di l'ànima. L'introspezione hè strettamente ligata à l'autoreflessione umana è a scupertà di sè stessu è hè cuntrastu cù l'osservazione esterna.

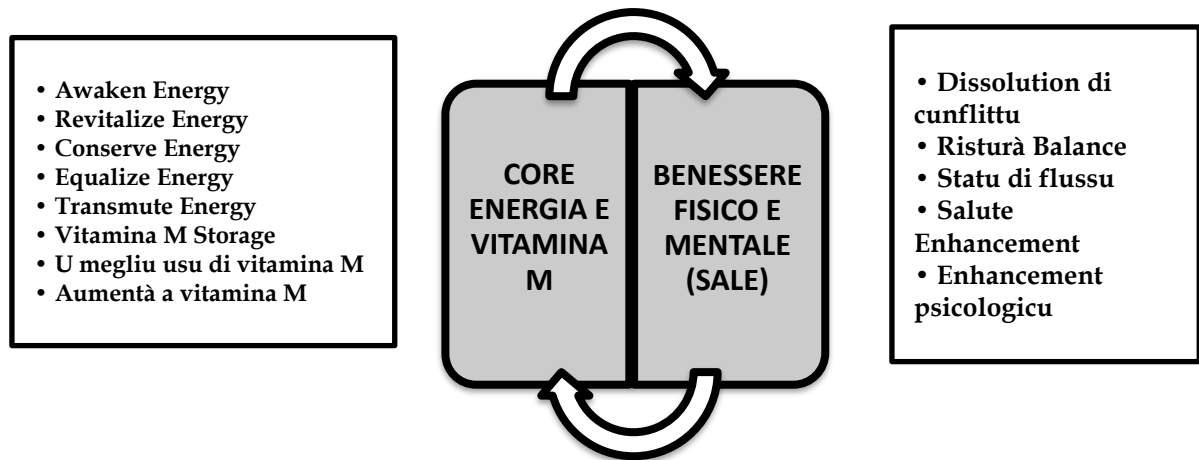
APPENDICE

FIGURA 13
COMPARARE FRA VITAMINA E VITAMINA M



FIGURA 14 - DIMENSIONE # 1

SALUTE / FITNESS GLOBAL & CORE ENERGY - VITAMINA M



CAPTION

12 Dimensioni: Tutte e dimensioni sò affettate positivamente cum'è per ogni bullet point.

Awaken Energy: Impegnate in l'attivazione di l'energia core in cunnessione cù u corpu fisicu è a mente

Rivitalizza l'Energia: Rigenerate l'energia attivata, una volta è una volta, attraversu l'attenzione pusata nantu à a cunnessione mente-corpu

Cunsirvate l'Energia: U almacenamentu di l'energia attivata è rigenerata in quantu à l'energii corpu-mente

Equalize Energy: Equilibrate u flussu di energia via una mentalità orientata à u prucessu in quantu à i movimenti di u corpu è l'attività mentale

Trasmute l'Energia: Raffinamentu di l'energia core in opulenza in a so vita, ricunnoscendu a necessità di a megliu salute

Storage di vitamina M: Risparmia di soldi, chì porta à l'accumulazione di vitamina M in a mente

U megliu usu di a vitamina M: Utilizendu soldi per prucece benefici massimi in 12 dimensioni di a vita, soprattutto aduprendu per una salute generale megliu

Aumenta a vitamina M: Aumenta u almacenamentu è u megliu usu di soldi cù esperienze sempre più opulente
Dissoluzione di u cunflittu: i squilibri è i cunflitti mente-corpi cumincianu à dissolve per l'attivazione di l'energia radicali

Restaurazione di l'equilibriu: Tutte e 12 dimensioni cumincianu à equilibrà è ghjunghje à un statu di equilibriu cumpletu

Stati di flussu: Cuminciamentu di stati mentali in quale una persona chì esegue una certa attività hè completamente immersa in un sensu di focu energeticu, implicazione sana è piacè in u prucessu di l'attività.

Miglioramentu di a Salute: Migliuramentu di a salute fisica è mentale per via di l'energia di u core è u putere di vitamina M

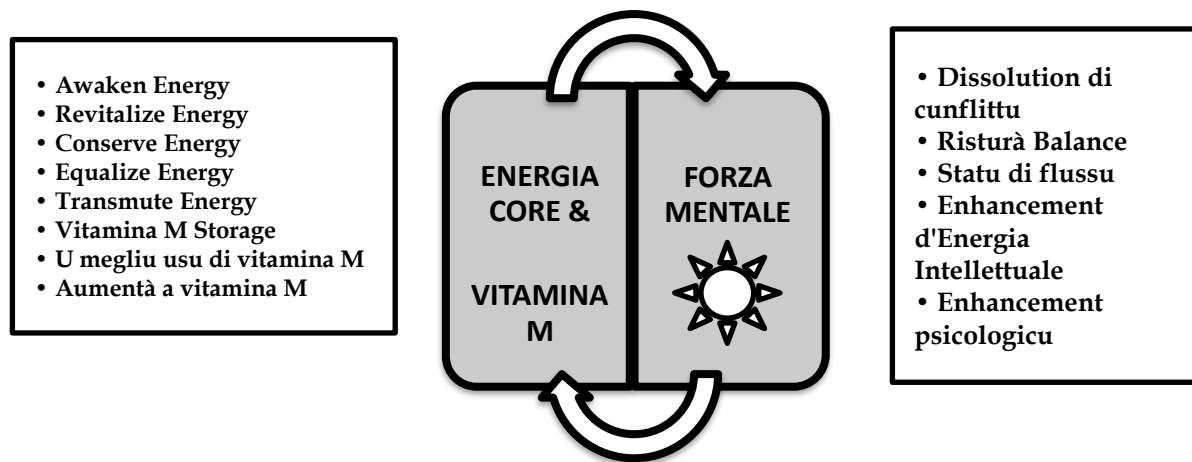
Migliuramentu psicologicu: Interconnessione meyorata trà pinsamenti, emozioni, ricordi, desideri, energia è almacenamentu è usu di vitamina M.

Domande riflessive

Chì ci hè a cunnessione trà l'energia di u core, a vitamina M, a forza mentale, 12 dimensioni, è ogni bullet point? Chì significatu hà "a salute è u fitness generale" in a vostra vita?

FIGURA 15 - DIMENSIONE # 2

FORZA MENTALE & ENERGIA CORE - VITAMINA M



CAPTION

12 Dimensioni: Tutte e dimensioni sò affettate positivamente cum'è per ogni bullet point.

Awaken Energy: Impegnate in l'attivazione di l'energia core

Rivitalizza l'energia: Rigenerate l'energia attivata, una volta è una volta

Conserve Energy: Storage di energia attivata è regenerata

Equalize Energy: Equilibrate u flussu di energia via una mentalità orientata à u prucessu

Trasmute l'Energia: Raffinamentu di l'energia core in opulenza in a so vita

Storage di vitamina M: Risparmia di soldi, chì porta à l'accumulazione di vitamina M in a mente

U megliu usu di a vitamina M: Utilizendu soldi per produce benefici massimi in 12 dimensioni di a vita

Aumenta a vitamina M: Aumenta u almacenamentu è u megliu usu di soldi cù esperienze sempre più opulente

Dissoluzione di u cunflittu: i cunflitti interni è esterni diminuiscenu per via di una putenza mentale meyorata

Restaurazione di l'equilibriu: equilibriu in 12 dimensioni per via di una cuntemplazione intellettuale rinfurzata nantu à a vita

Stati di flussu: Cuminciamentu di stati mentali in quale una persona chì eseguisce una attività intellettuale hè completamente immersa in un sensu di focu energeticu, implicazione sana è piacè in u prucessu di l'attività.

Migliuramentu di l'Energia Intellettuale: Migliuramentu di u putere cognitivu per via di l'energia di u core è u putere di vitamina M per via di l'energia intellettuale attivata aduprata per megliu decisioni in tutte e 12 dimensioni.

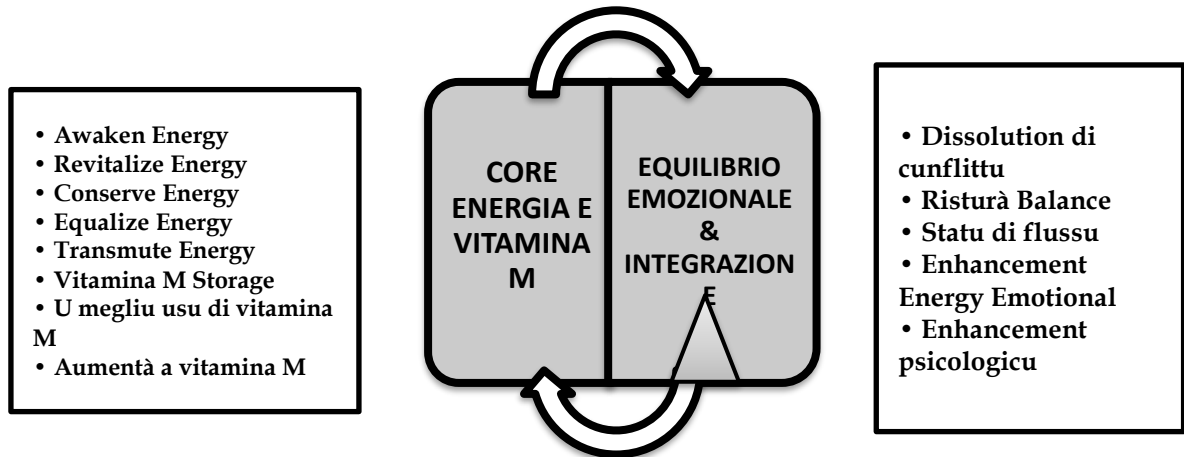
Migliuramentu psicologicu: Interconnessione meyorata trà i pinsamenti, l'emozioni, i ricordi, i desideri, l'energia è l'almacenamiento è l'usu di vitamina M, per via di l'aumentu di u putere intellettuale.

Domande riflessive

Chì ci hè a cunnessione trà l'energia di u core, a vitamina M, a forza mentale, 12 dimensioni, è ogni bullet point? Chì significatu hà a "forza mentale" in a vostra vita?

FIGURA 16 - DIMENSIONE # 3

EQUILIBRIO EMOZIONALE è ENERGIA CORE - VITAMINA M



CAPTION

12 Dimensioni: Tutte e dimensioni sò affettate positivamente cum'è per ogni bullet point.

Awaken Energy: Impegnate in l'attivazione di l'energia core in l'emozioni

Rivitalizza l'Energia: Rigenerate l'energia attivata, una volta è una volta, in l'emozioni

Conserve Energy: Almacenamiento di energia emotiva attivata è regenerata

Equalize Energy: Equilibrate u flussu di energia emuzionale attraversu una mentalità orientata à u prucessu

Trasmute l'Energia: Raffinamentu di l'energia core in emozioni opulenti in a so vita

Conservazione di vitamina M: Risparmia di soldi per via di emozioni equilibrate, chì porta à l'accumulazione di vitamina M in a mente

U megliu usu di a vitamina M: Utilizendu soldi per produce i massimi benefici in u sistema emutivu in 12 dimensioni di a vita.

Aumenta a vitamina M: Aumenta u almacenamentu è u megliu usu di soldi cù esperienze sempre più opulente

Dissoluzione di u cunflittu: i cunflitti interni è esterni diminuisce per via di emozioni equilibrate è integrate

Restaurazione di l'equilibriu: equilibriu in 12 dimensioni per via di l'emozioni integrate rinforzate in a so vita

Stati di flussu: Cuminciamentu di stati mentali in quale una persona attiva l'attività emotiva è hè completamente immersa cun focus energizatu. Un grande piacè si trova in l'attività scelta.

Miglioramentu di l'Energia Emuzionale: Migliuramentu di a salute emotiva per via di l'energia di u core è u putere di vitamina M. L'energia emotiva attivata pò esse aduprata per sperienze raffinate in tutte e 12 dimensioni

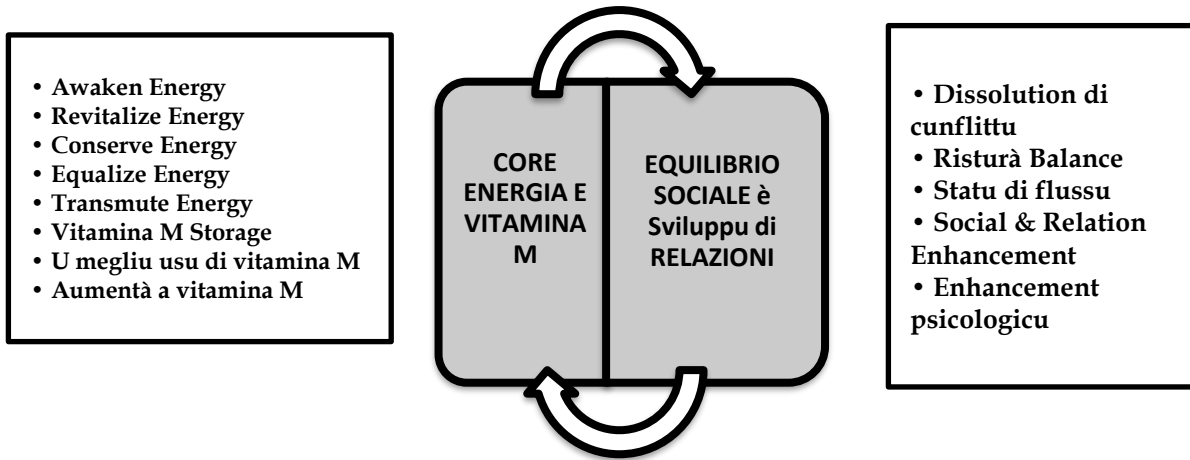
Migliuramentu psicologicu: Interconnessione mejorata trà pinsamenti, emozioni, ricordi, desideri, energia è

U almacenamentu è l'usu di vitamina M, per via di l'equilibriu è l'integrazione di l'emozioni.

Domande riflessive

Chì ci hè a cunessione trà l'energia di u core, a vitamina M, a forza mentale, 12 dimensioni, è ogni bullet point? Chì impurtanza hà "equilibriu emutivu" in a vostra vita?

FIGURA 17 - DIMENSIONI # 4 EQUILIBRIO SOCIALE / RELAZIONE è CORE ENERGY - VITAMINA M



CAPTION

12 Dimensioni: Tutte e dimensioni sò affettate positivamente cum'è per ogni bullet point.

Awaken Energy: Impegnate in l'attivazione di l'energia core per esse aduprata in relazioni suciali

Rivitalizza l'Energia: Rigenerate l'energia attivata, una volta è una volta, in cunnessione suciale

Conserve Energy: Almacenamiento di energia core attivata è regenerata, applicata in u sviluppu suciale

Equalize Energy: Equilibrate u flussu di energia in e relazioni suciali attraversu una mentalità orientata à u prucessu

Trasmute l'Energia: Raffinamentu di l'energia core in relazioni opulenti in a so vita

Vitamina M Storage: Risparmia soldi per via di relazioni equilibrate, chì porta à l'accumulazione di vitamina M in a mente

U megliu usu di a vitamina M: Utilizendu soldi per pruce i massimi benefici in e relazioni suciali in 12 dimensioni di a vita.

Aumentà a vitamina M: Aumenta u almacenamentu è u megliu usu di soldi cù relazioni suciali sempre più opulenti

Dissoluzione di u cunflittu: i cunflitti interni è esterni diminuiscenu per via di emozioni equilibrate è integrate

Restaurazione di l'equilibriu: equilibriu in 12 dimensioni per via di l'emozioni integrate rinforzate in a so vita

Stati di flussu: Cuminciamentu di stati mentali in quale una persona attiva l'attività emotiva è hè cunpletamente immersa cun focus energizatu. Un grande piacè si trova in l'attività scelta.

Migliuramentu di e Relazioni Suciali: Migliuramentu di e relazioni suciali per via di l'energia di u core è u putere di vitamina M. E relazioni suciali rinforzate attivanu l'energia per esse aduprata per esperienze raffinate in tutte e 12 dimensioni

Migliuramentu psicologicu: Interconnessione meiorata trà pinsamenti, emozioni, ricordi, desideri, energia è

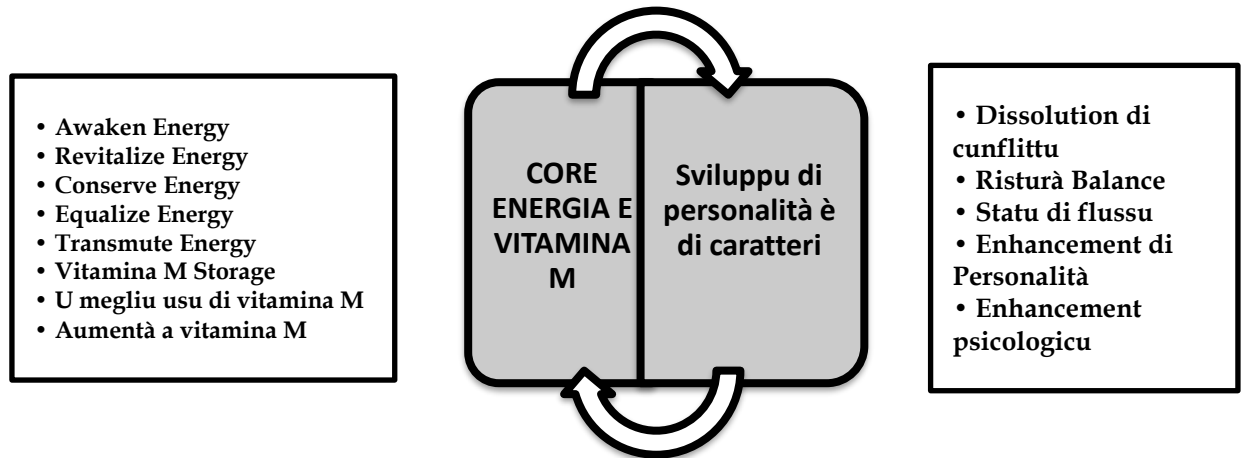
U almacenamentu è l'usu di a vitamina M, per via di l'equilibriu è l'integrazione di e relazioni suciali.

Domande riflessive

Chì ci hè a cunnessione trà l'energia di u core, a vitamina M, a forza mentale, 12 dimensioni, è ogni bullet point? Chì impurtanza hà "equilibriu suciale" in a vostra vita?

FIGURA 18 - DIMENSIONE # 5

PERSONALITÀ / Sviluppo di u caratteru è ENERGIA CORE - VITAMINA M



CAPTION

12 Dimensioni: Tutte e dimensioni sò affettate positivamente cum'è per ogni bullet point.

Awaken Energy: Impegnate in l'attivazione di l'energia core per a coesione di l'identità persunale

Rivitalizza l'Energia: Rigenerate l'energia attivata, una volta è una volta, versu i valori persunali rinforzati

Conserve Energy: Storage di energia attivata è regenerata applicata versu a crescita di a personalità

Equalize Energy: Equilibrate u flussu di energia in tratti di personalità attraversu una mentalità orientata à u pruceddu

Trasmute l'Energia: Raffinamentu di l'energia core in un rinforzà opulente di l'identità

Storage di Vitamina M: Risparmia di soldi per via di l'integrazione di a personalità, chì porta à l'accumulazione di putenza di Vitamina M

U megliu usu di vitamina M: Utilizendu soldi cù u megliu temperamentu in 12 dimensioni di a vita

Aumentà a vitamina M: Aumenta u almacenamentu è u megliu usu di soldi cù u sviluppu di u caratteru.

Dissoluzione di u cunflittu: i cunflitti interni è esterni diminuisce per via di a personalità rinforzata

Restaurazione di l'equilibriu: equilibriu in 12 dimensioni per via di una disposizione rinforzata è integrata

Stati di flussu: Cuminciamentu di stati mentali in quale una persona attiva l'energia core per creà una grande armonia in a so persona.

Miglioramentu di a Personalità: A più grande interconnessione di tratti per via di a megliu utilizzazione di l'energia di u core è u putere di vitamina M

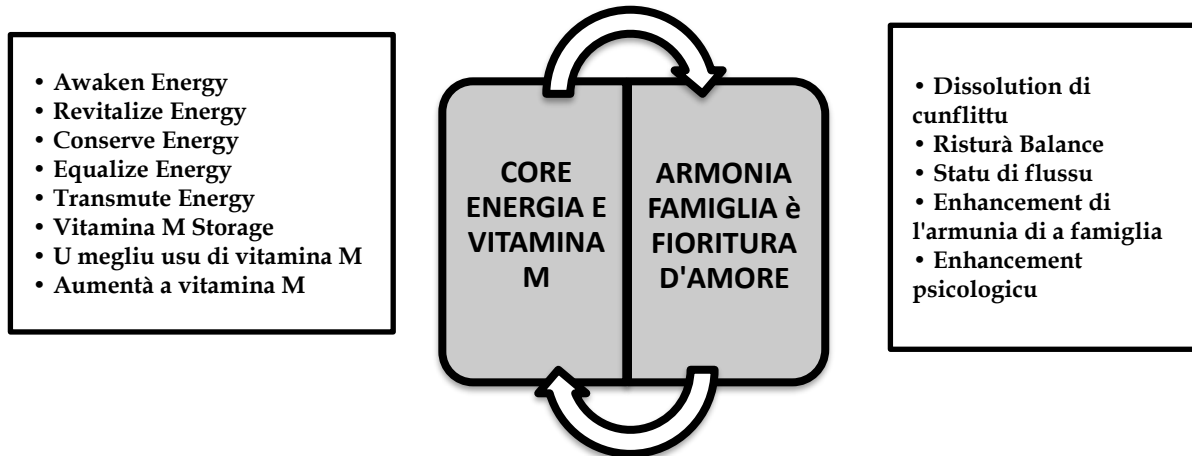
Miglioramentu psicologicu: Interconnessione meyorata trà i pinsamenti, emozioni, ricordi, desideri, energia è almacenamentu è usu di vitamina M, per via di l'equilibriu è l'integrazione di tutta a struttura di l'identità.

Domande riflessive

Chì ci hè a cunessione trà l'energia di u core, a vitamina M, a forza mentale, 12 dimensioni, è ogni bullet point? Chì significà a parolla "personalità" per voi?

FIGURA 19 - DIMENSIONE # 6

ARMONIA FAMIGLIA / FIORITURA D'AMORE E ENERGIA CORE **- VITAMINA M**



CAPTION

12 Dimensioni: Tutte e dimensioni sò affettate positivamente cum'è per ogni bullet point.

Awaken Energy: Impegnate in l'attivazione di l'energia core per esse aduprata positivamente in a famiglia

Rivitalizza l'Energia: Rigenerate l'energia attivata, una volta è una volta, in attività famigliali

Cunsirva l'Energia: U almacenamentu di l'energia attivata è rigenerata, appiicata in l'ambiente di a famiglia

Equalize Energy: Equilibrate u flussu di energia in e relazioni famigliali via una mentalità orientata à u prucedu

Transmute l'Energia: Raffinamentu di l'energia core in relazioni famigliali opulenti

Storage di Vitamina M: Risparmia soldi per via di relazioni familiari equilibrate, chì porta à l'accumulazione di Vitamina M in a mente di ogni membru di a famiglia.

U megliu usu di a vitamina M: Utilizendu soldi per produce i massimi benefici in a famiglia in 12 dimensioni di a vita.

Aumentà a vitamina M: Aumenta u almacenamentu è u megliu usu di soldi cù relazioni familiari sempre più opulenti.

Dissolution di cunflittu: i cunflitti interni è esterni diminuiscentu per via di famiglie equilibrate è integrate.

Restaurazione di l'equilibriu: equilibriu in 12 dimensioni per via di relazioni rinforzate è integrate in e famiglie

Stati di flussu: Cuminciamentu di stati mentali in quale una persona attiva l'energia core per creà una grande armonia in a famiglia.

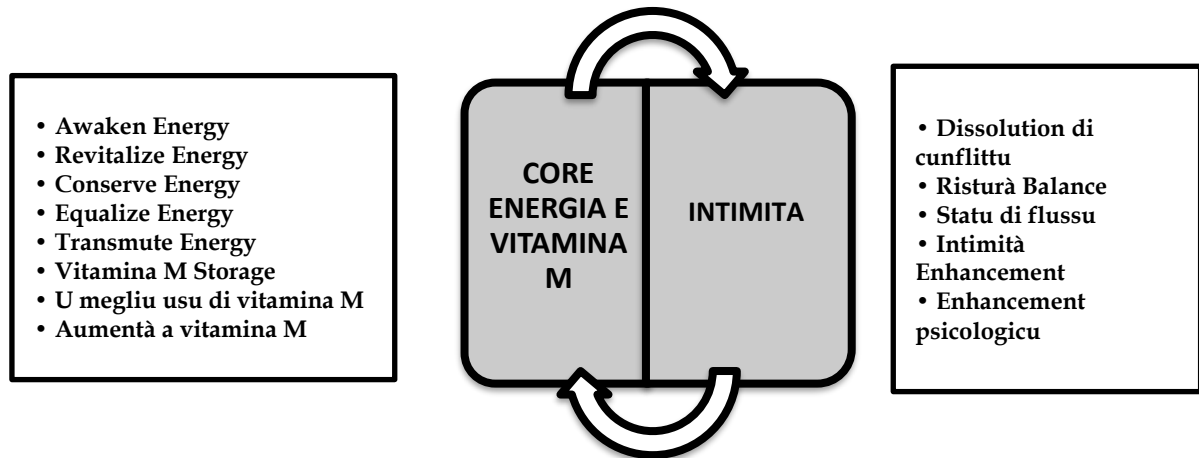
Migliuramentu di l'Armonia di a Famiglia: Migliuramentu di e relazioni suciali per via di l'energia di u core è u putere di vitamina M. E relazioni suciali rinforzate attivanu l'energia per esse aduprata per esperienze raffinate in tutte e 12 dimensioni

Miglioramentu psicologicu: Interconnessione meyorata trà i pinsamenti, l'emozioni, i ricordi, i desideri, l'energia è l'almacenamiento è l'usu di vitamina M, per via di l'equilibriu è l'integrazione di e relazioni familiari..

Domande riflessive

Chì ci hè a cunessione trà l'energia di u core, a vitamina M, a forza mentale, 12 dimensioni, è ogni bullet point? Perchè "armonia di famiglia" hè impurtante in a vostra vita?

FIGURA 20 - DIMENSIONE # 7 **INTIMITA E ENERGIA CORE - VITAMINA M**



CAPTION

12 Dimensioni: Tutte e dimensioni sò affettate positivamente cum'è per ogni bullet point.

Awaken Energy: Impegnate in l'attivazione di l'energia core in l'intimità

Rivitalizza l'Energia: Rigenerate l'energia attivata, una volta è una volta, per custruisce è sustene relazioni intime

Conserve Energy: Storage di l'energia core attivata è regenerata in intimità

Equalize Energy: Equilibrate u flussu di energia core via una mentalità orientata à u prucessu in u sviluppu è u mantenimentu di l'intimità

Trasmute l'energia: Raffinamentu di l'energia core in intimità piena di opulenza

Vitamina M Storage: Risparmia soldi per via di l'intimità energetica, chì porta à l'accumulazione di vitamina M in a mente

U megliu usu di vitamina M: Utilizendu soldi per prудuce i massimi benefici in l'intimità in 12 dimensioni di a vita

Aumenta a vitamina M: Aumenta u almacenamentu è u megliu usu di soldi cù sperienze intime sempre più ricche

Dissoluzione di cunflittu: I cunflitti in relazioni intimi diminuiscentu per via di l'equilibriu è l'integrazione di l'energia core

Restaurazione di l'equilibriu: equilibriu in 12 dimensioni per via di l'intimità integrata rinforzata in a so vita

Stati di flussu: Cuminciamentu di stati mentali in quale una persona rinforza l'intimità è hè cumpletamente immersa cun focus energizatu. Un grande piacè vene in tutti l'aspetti di l'intimità

Aumento di l'intimità: Migliuramentu di a cunnessione intima per via di l'energia di u core è u putere di vitamina M.

L'energia attivata porta à sperienze raffinate in tutte e 12 dimensioni

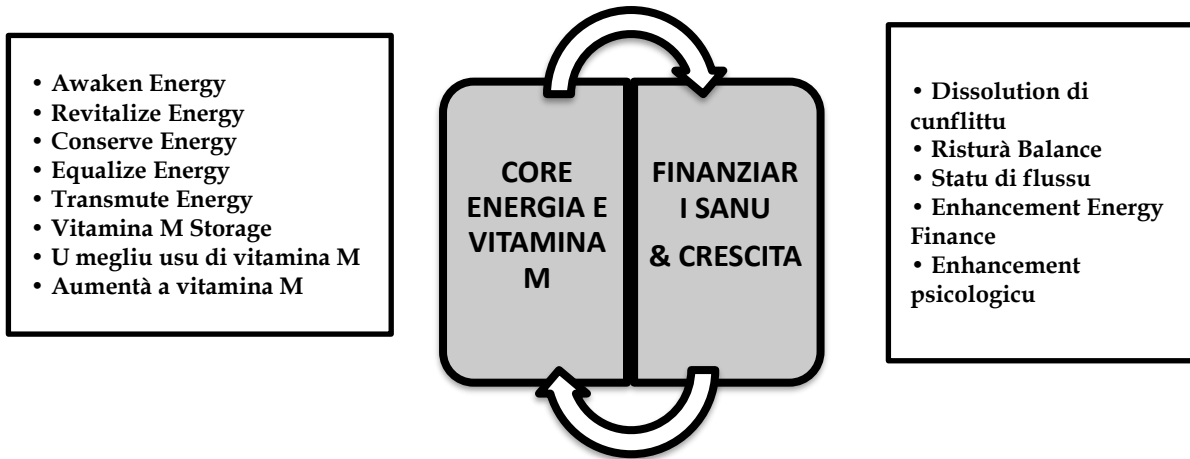
Migliuramentu psicologicu: Interconnessione mejorata trà pinsamenti, emozioni, ricordi, desideri, energia è

U almacenamentu / usu di vitamina M, per via di relazioni intimi equilibrati è integrati

Domande riflessive

Chì ci hè a cunnessione trà l'energia di u core, a vitamina M, a forza mentale, 12 dimensioni, è ogni bullet point? Chì significatu hà "intimità" in a vostra vita?

FIGURA 21 - DIMENSIONE # 8
SALUTE FINANZIARIA / CRESCITA E ENERGIA CORE - VITAMINA M



CAPTION

12 Dimensioni: Tutte e dimensioni sò affettate positivamente cum'è per ogni bullet point

Awaken Energy: Impegnate in l'attivazione di l'energia core guadagnendu soldi

Rivitalizza l'Energia: Rigenerate l'energia attivata in u travagliu, una volta è una volta, da una mentalità orientata à u prucessu

Cunsirva l'Energia: Conservazione di l'energia attivata è rigenerata cum'è Vitamina M

Equalize Energy: Equilibrate u flussu di energia via una mentalità orientata à u prucessu è l'equalizzazione di vitamina M

Trasmute l'Energia: Raffinamentu di l'energia core in opulenza in a vita per via di raffinamentu di Vitamina M

Storage di vitamina M: Risparmia di soldi, chì porta à l'accumulazione di vitamina M in a mente

U megliu usu di a vitamina M: Utilizendu soldi per produce benefici massimi in 12 dimensioni di a vita

Aumenta a vitamina M: Aumenta u almacenamentu è u megliu usu di soldi cù esperienze sempre più opulente

Dissoluzione di u cunflittu: i cunflitti interni è esterni diminuisce per via di finanzia migliorati

Restaurazione di l'equilibriu: equilibriu 12-dimensionale per un almacenamentu più grande di vitamina M in a mente

Stati di flussu: Cuminciamentu di stati mentali in quale una persona chì esegue una attività intellettuale hè immersa completamente in un sensu di focu energeticu, implicazione sana è piace in u prucessu di l'attività per via di l'almacenamiento di vitamina M.

Aumentu di l'Energia Finanziaria: Aumentu di l'energia di u core è di a putenza di vitamina M per via di l'energie attivate utilizzate per decisioni megliu in tutte e 12 dimensioni

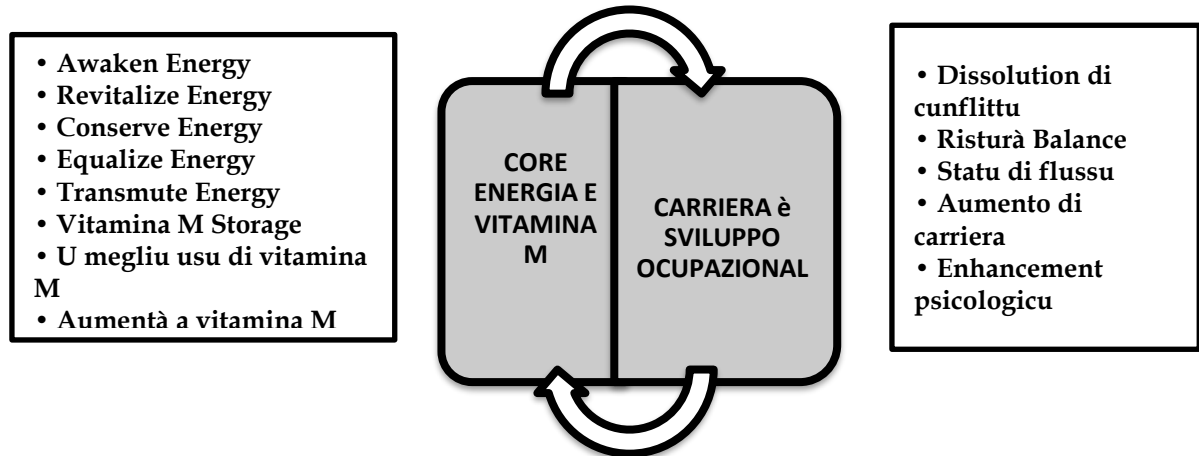
Miglioramentu psicologicu: Interconnessione meyorata trà i pinsamenti, l'emozioni, i ricordi, i desideri, l'energia è l'almacenamiento è l'usu di vitamina M, per via di l'aumentu di a putenza di vitamina M..

Domande riflessive

Chì ci hè a cunessione trà l'energia di u core, a vitamina M, a forza mentale, 12 dimensioni, è ogni bullet point? Chì significatu hà "soldi" in a vostra vita?

FIGURA 22 - DIMENSIONE # 9

CARRIERA / Sviluppo occupazionale è ENERGIA CORE - VITAMINA M



CAPTION

12 Dimensioni: Tutte le dimensioni sono affettate positivamente cum'è per ogni bullet point

Awaken Energy: Impegnate in l'attivazione di l'energia core per u sviluppu di carriera

Rivitalizza l'energia: Rigenerate l'energia attivata, una volta è una volta, in rinforzà a so carriera

Conserve Energy: U almacenamentu di l'energia attivata è rigenerata risulta in a soddisfazione di a carriera

Equalize Energy: Equilibrate u flussu di energia via una mentalità orientata à u prucessu per travaglià in un travagliu senza resistenza

Trasmute l'Energia: Raffinamentu di l'energia core in opulenza in a vita occupazionale

Vitamina M Storage: Risparmia di soldi, chì porta à l'accumulazione di Vitamina M, chì porta à a crescita di carriera

U megliu usu di a vitamina M: Utilizendu soldi per produce benefici massimi in 12 dimensioni di a vita

Aumentà a vitamina M: Aumenta u almacenamentu è u megliu usu di soldi cù esperienze sempre più opulente in a so carriera

Dissoluzione di cunflittu: i cunflitti interni è esterni diminuiscentu per via di u prugressu in a so carriera

Restaurazione di l'equilibriu: equilibriu in 12 dimensioni per via di l'esperienze rinforzate in a so occupazione

Stati di flussu: Cuminciamentu di stati mentali in quale una persona chì eseguisce una attività intellettuale hè completamente immersa in un sensu di focu energeticu, implicazione sana è piacè in u prucessu di l'attività in a so carriera.

Migliuramentu di a Carriera: Impulsu di a carriera per via di l'energia di u core è di a putenza di vitamina M per via di l'energia attivata aduprata per decisioni megliu in tutte e 12 dimensioni

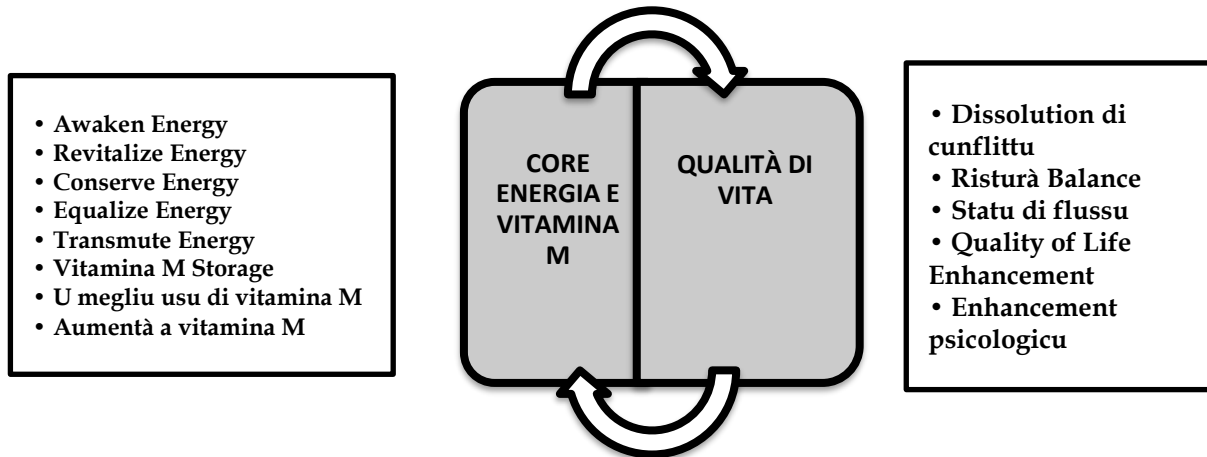
Migliuramentu psicologicu: Interconnessione meyorata trà i pinsamenti, l'emozioni, i ricordi, i desideri, l'energia è l'almacenamiento è l'usu di vitamina M, per via di l'aumentu di u putere intellettuale.

Domande riflessive

Chì ci hè a cunnessione trà l'energia di u core, a vitamina M, a forza mentale, 12 dimensioni, è ogni bullet point? Chì significatu hà a "crescita di carriera" in a vostra vita?

FIGURA 23 - DIMENSIONE # 10

QUALITÀ DI VITA È ENERGIA CORE - VITAMINA M



CAPTION

12 Dimensioni: Tutte e dimensioni sò affettate positivamente cum'è per ogni bullet point

Awaken Energy: Impegnate in l'attivazione di l'energia core chì aumenta a qualità di vita

Rivitalizza l'energia: Rigenerate l'energia attivata per rinforzà l'esperienze di a vita

Conserve Energy: Storage di energia attivata è regenerata per migliorà a qualità di vita via Vitamina M

Equalize Energy: Equilibrate u flussu di energia via una mentalità orientata à u prucessu, per gode di u viaghju di a vita

Transmute l'Energia: Raffinamentu di l'energia core in e migliori esperienze opulenti possibili

Vitamina M Storage: Risparmia di soldi, chì porta à l'accumulazione di Vitamina M per migliorà a qualità di vita

U megliu usu di a vitamina M: Utilizendu soldi per produce benefici massimi in 12 dimensioni di a vita

Aumenta a vitamina M: Aumenta u almacenamentu è u megliu usu di soldi cù esperienze sempre più ricche

Dissoluzione di cunflittu: i cunflitti interni è esterni diminuisce per via di a qualità di l'esperienze megliu

Restaurazione di l'equilibriu: equilibriu in 12 dimensioni per via di l'esperienze qualitative rinforzate

Stati di flussu: Cuminciamentu di stati mentali in quale una persona chì eseguisce una varietà di attività hè immersa cumpletamente in un sensu di focu energeticu, implicazione sana è piacè.

Migliuramentu di a Qualità di Vita: Migliuramentu di l'esperienze di ogni ghjornu per via di l'energia core è a putenza di vitamina M per via di l'energia attivata aduprata per decisioni megliu in tutte e 12 dimensioni

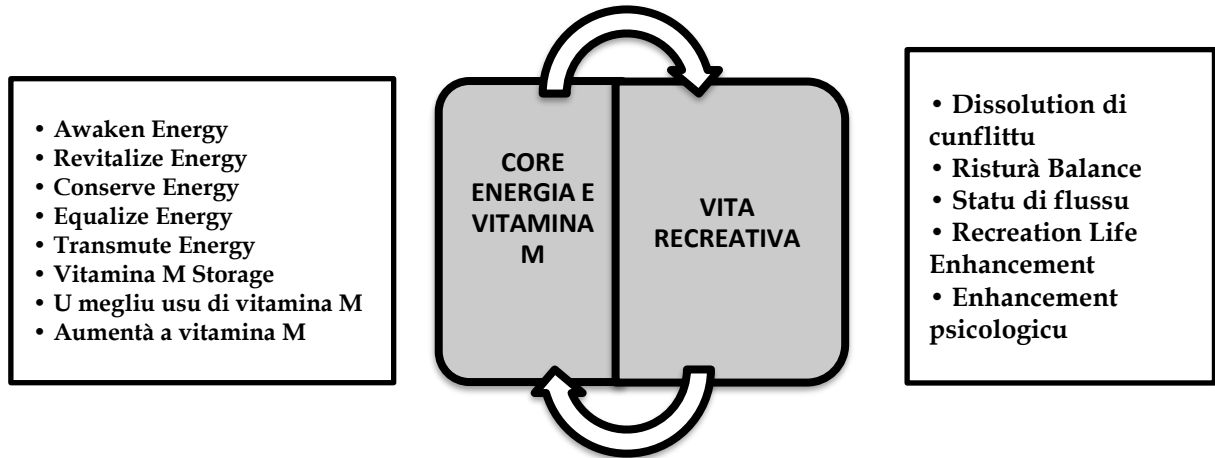
Migliuramentu psicologicu: Interconnessione meyorata trà pinsamenti, emozioni, ricordi, desideri, energia è almacenamentu è usu di vitamina M, per via di sperienze di qualità superiore in a vita di ogni ghjornu.

Domande riflessive

Chì ci hè a cunessione trà l'energia di u core, a vitamina M, a forza mentale, 12 dimensioni, è ogni bullet point? Chì significa "qualità di vita" per voi?

FIGURA 24 - DIMENSIONE # 11

VITA RECREATIVA È ENERGIA CORE - VITAMINA M



CAPTION

12 Dimensioni: Tutte e dimensioni sò affettate positivamente cum'è per ogni bullet point

Awaken Energy: Impegnate in l'attivazione di l'energia core per una vita recreativa megliu

Rivitalizza l'energia: Rigenerate l'energia attivata per arricchisce l'attività recreativa

Conserve Energy: Storage di energia attivata è regenerata per aduprà in attività recreative

Equalize Energy: Equilibrate u flussu di energia via una mentalità orientata à u prucessu per gode di attività ricreative completamente

Transmute l'Energia: Raffinamentu di l'energia core in recreazione opulenta

Vitamina M Storage: Risparmia di soldi, chì porta à l'accumulazione di Vitamina M, per recreazione

U megliu usu di a vitamina M: Utilizendu soldi per prucece benefici massimi in 12 dimensioni di a vita

Aumentà a vitamina M: Aumenta u almacenamentu è u megliu usu di soldi per migliurà l'attività recreativa

Dissoluzione di u cunflittu: i cunflitti interni è esterni diminuisce per via di attività divertenti meyorate

Restaurazione di l'equilibriu: equilibriu in 12 dimensioni per via di a recreazione rinforzata

Stati di flussu: Cuminciamentu di stati mentali in quale una persona chì eseguisce una attività intellettuale hè completamente immersa in un sensu di focu energeticu, implicazione sana è piacè, in u prucessu di attività recreativa.

Migliuramentu di a Vita Ricreativa: Un piacè più grande di attività recreative per via di l'energia di u core è di a putenza di vitamina M per via di l'energia intellettuale attivata aduprata per megliu decisioni in tutte e 12 dimensioni.

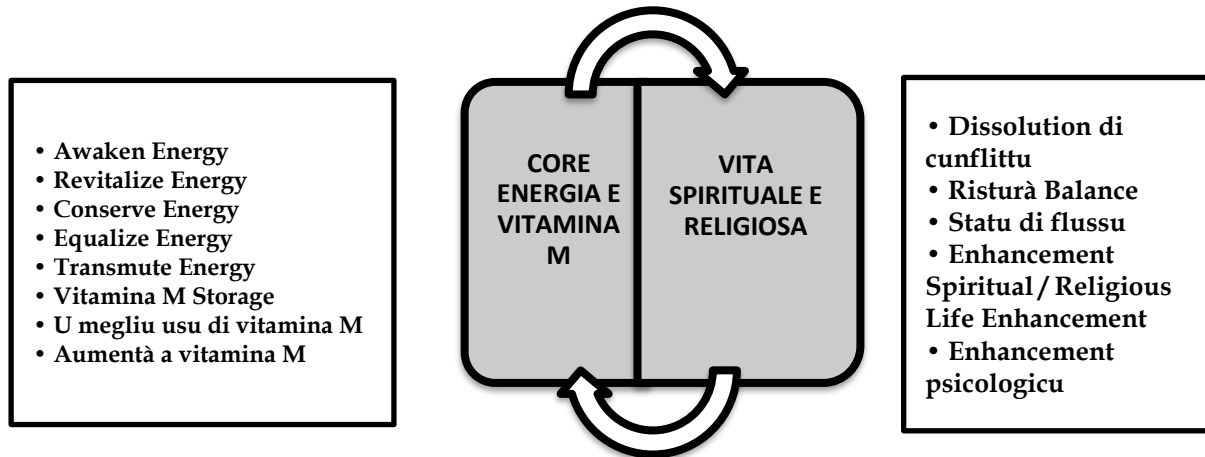
Miglioramentu psicologicu: Interconnessione meyorata trà i pinsamenti, l'emozioni, i ricordi, i desideri, l'energia è l'almacenamentu è l'usu di vitamina M, per via di un aumentu di a qualità di recreazione.

Domande riflessive

Chì ci hè a cunessione trà l'energia di u core, a vitamina M, a forza mentale, 12 dimensioni, è ogni bullet point? Perché a "vita recreativa" hè impurtante per voi?

FIGURA 25 - DIMENSIONE # 12

SPIRITUAL - VITA RELIGIOSA & CORE ENERGY - VITAMINA M



CAPTION

12 Dimensioni: Tutte e dimensioni sò affettate positivamente cum'è per ogni bullet point

Awaken Energy: Impegnate in l'attivazione di l'energia core via pratiche spirituali / religiose

Rivitalizza l'Energia: Rigenerate l'energia attivata via metudi spirituali / religiosi

Cunservà l'Energia: Almacenamiento di energia attivata è regenerata via cuntemplazione spirituale / religiosa

Equalize Energy: Equilibrate u flussu di energia via una mentalità orientata à u prucessu in sforzi spirituali / religiosi

Trasmute l'Energia: Raffinamentu di l'energia core in opulenza in a so vita spirituale / religiosa

Vitamina M Storage: Risparmia di soldi, chì porta à l'accumulazione di Vitamina M in u cuntestu di spiritualità è religione

U megliu usu di vitamina M: Utilizendu soldi per pruce i massimi benefici spirituali / religiosi in 12 dimensioni

Aumenta a vitamina M: Aumenta u almacenamentu è u megliu usu di soldi cù esperienze sempre più opulente

Dissoluzione di u cunflittu: i cunflitti interni è esterni diminuiscentu per via di a putenza spirituale / religiosa meyorata

Restaurazione di l'equilibriu: equilibriu in 12 dimensioni per via di a cuntemplazione spirituale / religiosa rinfurzata

Stati di flussu: Cuminciamentu di stati mentali in quale una persona chì svolge attività spirituale / religiosa hè completamente immersa in una sensazione di focus energizzatu, implicazione sana è piacè in u prucessu di una attività.

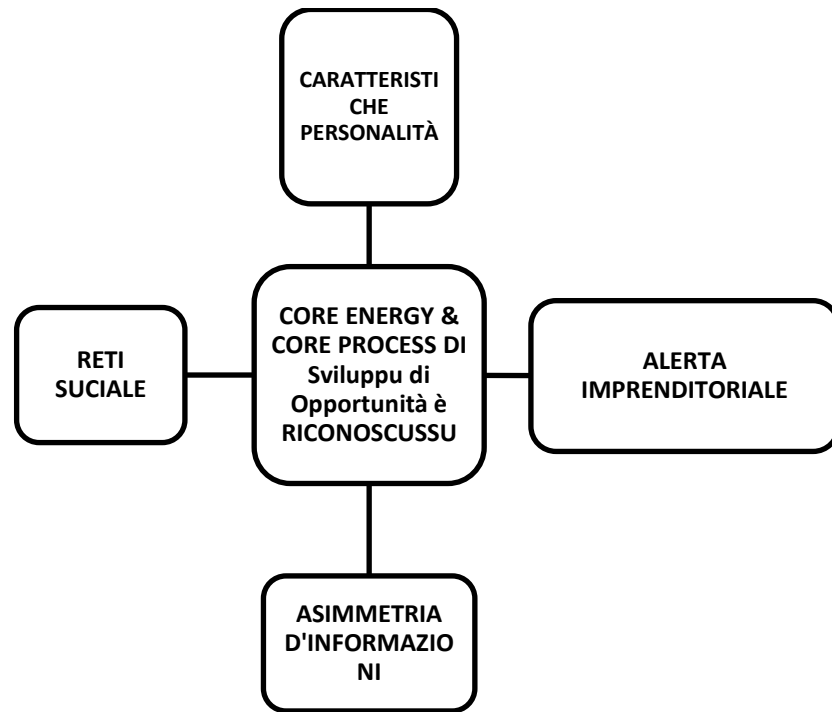
Migliuramentu di l'Energia Spirituale / Religiosa: Migliuramentu di u putere spirituale per via di l'energia di u core è u putere di vitamina M per via di l'energia religiosa / spirituale attivata aduprata per decisioni megliu in tutte e 12 dimensioni

Migliuramentu psicologicu: Interconnessione meyorata trà i pinsamenti, l'emozioni, i ricordi, i desideri, l'energia è l'almacenamiento è l'usu di Vitamina M, per via di un putere spirituale / religiosu aumentatu..

Domande riflessive

Chì ci hè a cunessione trà l'energia di u core, a vitamina M, a forza mentale, 12 dimensioni, è ogni bullet point? Chì significatu hà "spiritualità / religione" in a vostra vita?

FIGURA 26
FATTORI PRINCIPALI INFLUENZE CORE PROCESS OF OPPORTUNITY RICONOSCUSSU È SVILUPPU



CAPTION:

- Core Energy: U putere internu (primale).
- Core Process: Si riferisce à l'energia in u desideriu, l'energia in a mente è l'energia in azione
- Sviluppo Opportunità: Utilizendu u putere personale per creà opportunità
- Ricunniscenza Opportunità: Mantene a mente aperta à novi pussibilità
- Asimetria di l'infurmazioni : si riferisce à u studiu di e decisioni in transazione induve una parte hà più o megliu infurmazione chì l'altru. A risoluzione di sta asimetria aumenta l'opportunità è u putere intellettuale.
- Rete Suciali : si riferisce à e rete di interazione suciale è relazioni persunali
- Alertness Entrepreneurial: Mantene l'attenzione nantu à e novi pussibilità di commerciale / impiegu
- Trattti di Personalità (Optimismu / Self-Efficacy / Creatività): Trattti persunali pusitivi permettenu una bona qualità di energia per esse svegliata è utilizzata in tutte l'interazione interpersonale.

FIGURA 27
CORE ENERGY & ZONES

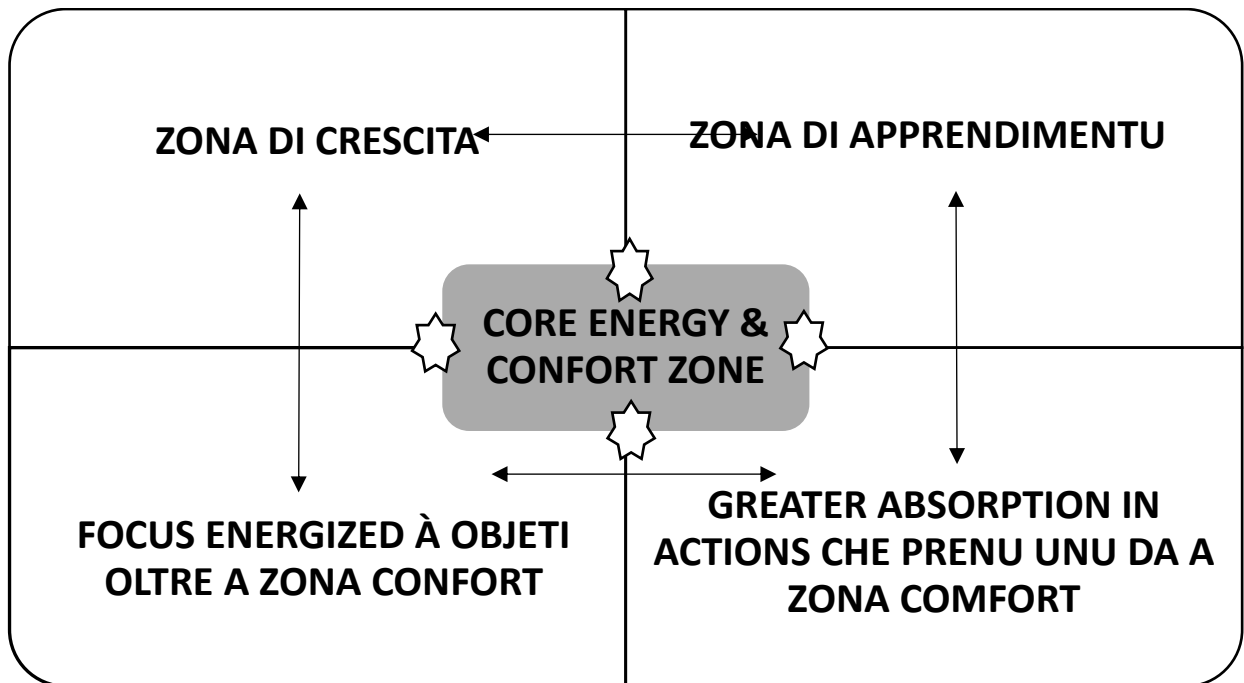


FIGURA 28
FLOW STATE & MOVING FOR THE COMFORT ZONE 48

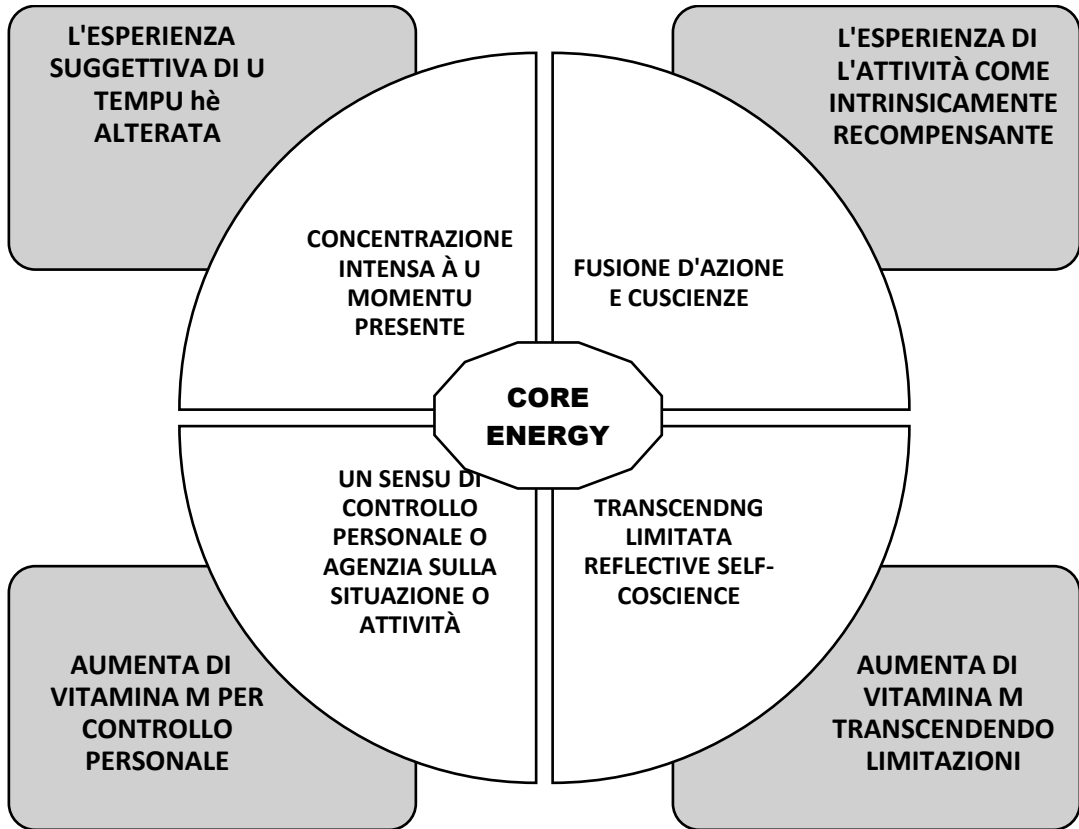


FIGURA 29
DIAGRAMMI DI STATI DI FLUSSO

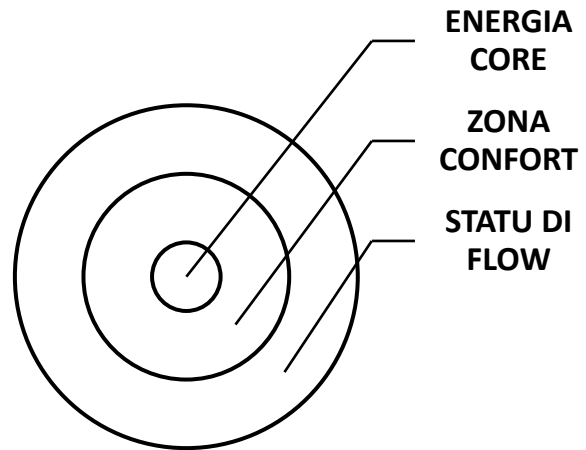
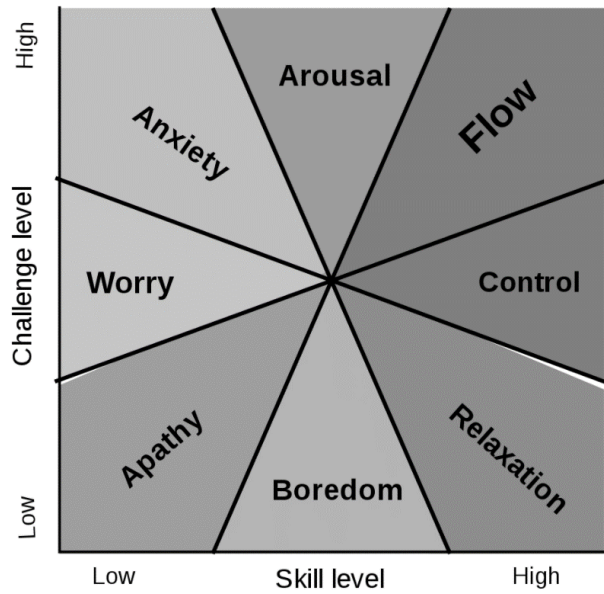
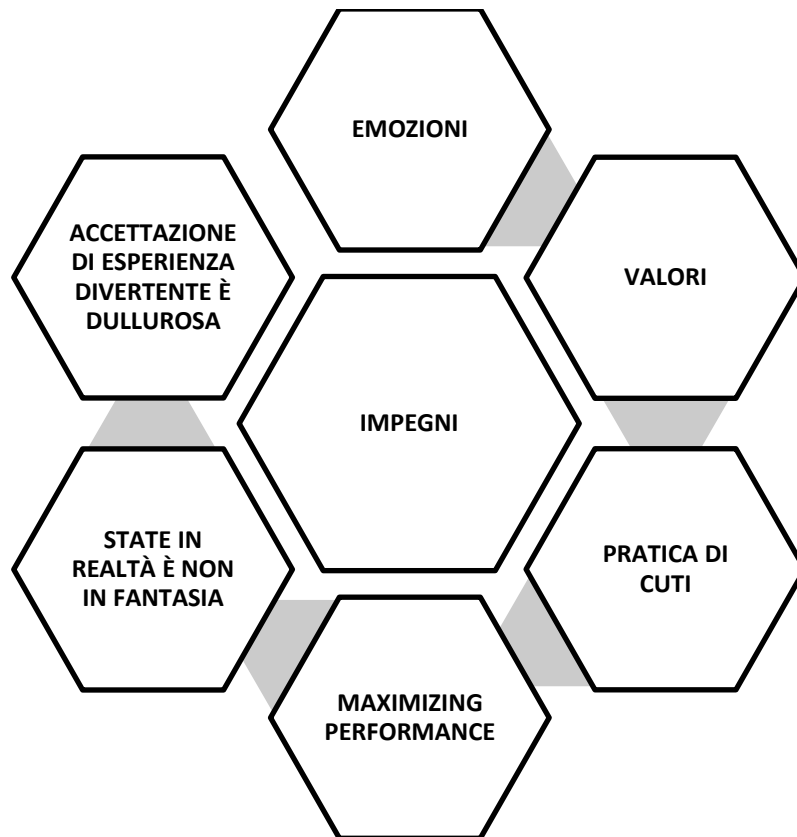


FIGURA 30
DIAGRAMMA D'IMPEGNI



CONCEPTU DI RIFERENZA # 1

FASE DI CAMBIAMENTE 76

Questa costruzione si riferisce à a dimensione tempurale di u cambiamentu di cumportamentu. In u mudellu transtheoreticu, u cambiamentu hè un "prucessu chì implica u prugressu attraversu una seria di tappe":

Precontemplation ("micca prontu") - "A ghjente ùn hè micca intenzione di piglià l'azzioni in u futuru previsibile è ùn pò micca sapè chì u so cumportamentu hè problematicu".

Cuntemplazione ("preparazione") - "A ghjente hà cuminciatu à ricunosce chì u so cumportamentu hè problematicu è cumincianu à guardà i vantaghji è i contra di e so azzioni cuntinue".

Preparazione ("pronta") - "A ghjente hà intenzione di piglià l'azzioni in u futuru immediata è pò cumincià à piglià picculi passi versu u cambiamentu di cumportamentu".

Azzione - "A ghjente hà fattu mudificazioni evidenti specifiche in mudificà u so cumportamentu problematicu o in acquistà novi cumportamenti sani".

Mantenimentu - "A ghjente hà sappiutu sustene una azione per almenu sei mesi è travaglia per prevene a recidiva".

Terminazione - "L'individui anu tentazione zero è sò sicuri chì ùn torneranu micca à u so vechju abitudine malsana cum'è una manera di affruntà".

Ci hè una relazione trà STAGES OF CHANGE è vitamina M conservazione / megliu utilizzazione. L'autore dumanda à i lettori di cuntemplà sta relazione.

CONCEPTU DI RIFERENZA # 2

VELOCITÀ DI I SOLDI 77

A vitezza di i soldi (o a vitezza di a circolazione di i soldi) hè una misura di u numeru di volte chì l'unità di valuta media hè aduprata per cumprà bè è servizii in un periudu di tempu. U cuncettu hè in relazione cù a dimensione di l'attività ecunomica à una certa offerta di soldi è a velocità di u scambiu di soldi hè una di e variàbili chì determinanu l'inflazione. A misura di a velocità di i soldi hè di solitu u rapportu di u pruduttu naziunale grossu (PNB) à a pruvista di soldi di un paese. Se a velocità di i soldi hè crescente, e transazzioni sò più frequenti trà individui. A velocità di i soldi cambia cù u tempu è hè influinzatu da una varietà di fatturi.

A velocità di i soldi furnisce una altra prospettiva nantu à a dumanda di soldi. In vista di u flussu nominale di e transazione chì utilizanu soldi, se u tassu d'interessu nantu à l'assi finanziariii alternativi hè altu, a ghjente ùn vole micca tene assai soldi in quantu à a quantità di e so transazione - pruvate di scambià rapidamente per bè o altri assi finanziariii, è i soldi si dice chì "brucia un pirtusu in a so sacchetta" è a velocità hè alta. Questa situazione hè precisamente una di a dumanda di soldi chì hè bassa. À u cuntrariu, cù una bassa velocità di u costu di opportunità hè bassa è a dumanda di soldi hè alta. In l'equilibriu di u mercatu di soldi, certi variàbili ecunomici (tassi d'interessu, ingressu, o u livellu di prezzu) anu aghjustatu per equate a dumanda di soldi è l'offerta di soldi.

A relazione quantitativa trà a velocità è a dumanda di soldi hè datu da $Velocity = \text{Nominal Transactions (in ogni modu definitu)} \div \text{Nominal Money Demand}$.

Ci hè una relazione trà a VELOCITY OF MONEY è
Vitamina M. L'autore dumanda à i lettori per riflette nantu à sta relazione.

NOTE
è
REFERENZE

- ¹ <https://www.cnn.com/2018/08/02/author-who-studies-millionaires-how-to-cultivate-a-wealth-philosophy.html>
- ² <https://www.dictionary.com/browse/vitamin?s=t>
- ³ Desire. (2020). In Wikipedia. <https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Desire&oldid=986239692>
- ⁴ Omoregie, J. (2015). *Freewill: The degree of freedom within*. UK: Author House | ISBN 978-1-5049-8751-6)
- ⁵ Rotter, Julian B (1966). "Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement". *Psychological Monographs: General and Applied*. 80 (1): 1–28. doi:10.1037/h0092976. PMID 5340840. S2CID 15355866.
- ⁶ Carlson, N.R., et al. (2007). *Psychology: The Science of Behaviour - 4th Canadian ed.*. Toronto, ON: Pearson Education Canada
- ⁷ <https://gostrengths.com/what-is-goal-setting-theory/>
- ⁸ Bandura, Albert (1982). "Self-efficacy mechanism in human agency". *American Psychologist*. 37 (2): 122–147. doi:10.1037/0003-066X.37.2.122
- ⁹ Kolbe, Kathy "Self-efficacy results from exercising control over personal conative strengths", 2009)
- ¹⁰ (Reference: Locke, E. A., Chah, D., Harrison, S. & Lustgarten, N. (1989). "Separating the effects of goal specificity from goal level". *Organizational Behavior and Human Decision Processes*. 43 (2): 270–287. doi:10.1016/0749-5978(89)90053-8.) (Reference: Locke, Edwin A.; Latham, Gary P. (September 2002) [2002]. "Building a practically useful theory of goal setting and task motivation: a 35-year odyssey". *American Psychologist*. 57 (9): 705–717. CiteSeerX 10.1.1.126.9922. doi:10.1037/0003-066X.57.9.705. PMID 12237980.
- ¹¹ (Reference: Deckers, Lambert (2018). *Motivation: biological, psychological, and environmental* (5th ed.). New York: Routledge. ISBN 9781138036321. OCLC 1009183545. Pages 342-348)
- ¹² Berridge KC (April 2012). "From prediction error to incentive salience: mesolimbic computation of reward motivation". *Eur. J. Neurosci*. 35 (7): 1124–1143. doi:10.1111/j.1460-9568.2012.07990.x. PMC 3325516. PMID 22487042.
- ¹³ Deckers, Lambert (2018). *Motivation: biological, psychological, and environmental* (5th ed.). New York: Routledge. ISBN 9781138036321. OCLC 1009183545.
- ^{14, 15, 16} Deckers, Lambert (2018). *Motivation: biological, psychological, and environmental* (5th ed.). New York: Routledge. ISBN 9781138036321. OCLC 1009183545.
- ¹⁷ Deckers, Lambert (2018). *Motivation: biological, psychological, and environmental* (5th ed.). New York: Routledge. ISBN 9781138036321. OCLC 1009183545.
- ¹⁸ Gollwitzer and Brandstatter (1997). "Implementation intentions and effective goal pursuit". *Journal of Personality and Social Psychology*. 73 (1): 186–199. CiteSeerX 10.1.1.730.7918. doi:10.1037/0022-3514.73.1.186.
- ¹⁹ https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit
- ¹⁹ http://home.uchicago.edu/ourminsky/Goal-Gradient_Illusionary_Goal_Progress.pdf
- ¹⁹ https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit
- ²⁰ Amir, O., & Ariely, D. (2008). "Resting on laurels: The effects of discrete progress markers as subgoals on task performance and preferences". *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*. 34 (5): 1158–1171. doi:10.1037/a0012857. PMC 2597002. PMID 18763898.
- ²¹ Bonezzi, A., Brendl, C. M., & De Angelis, M (2011). "Stuck in the Middle The Psychophysics of Goal Pursuit". *Psychological Science*. 22 (5): 607–612. doi:10.1177/0956797611404899. PMID 21474842. S2CID 13063977.
- ²² Hull, Clark L. (1932). "The goal-gradient hypothesis and maze learning". *Psychological Review*. 39 (1): 25–43. doi:10.1037/h0072640.
- ²³ Heath, C., Larrick, R. P., & Wu, G (1999). "Goals as reference points". *Cognitive Psychology*. 38 (1): 79–109. CiteSeerX 10.1.1.474.3054. doi:10.1006/cogp.1998.0708. PMID 10090799.
- ²³ https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit
- ²⁴ Heath, C., Larrick, R. P., & Wu, G (1999). "Goals as reference points". *Cognitive Psychology*. 38 (1): 79–109. CiteSeerX 10.1.1.474.3054. doi:10.1006/cogp.1998.0708. PMID 10090799.
- ²⁴ https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit
- ²⁵ Heath, C., Larrick, R. P., & Wu, G (1999). "Goals as reference points". *Cognitive Psychology*. 38 (1): 79–109. CiteSeerX 10.1.1.474.3054. doi:10.1006/cogp.1998.0708. PMID 10090799.
- ²⁵ https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit
- ²⁶ Heath, C., Larrick, R. P., & Wu, G (1999). "Goals as reference points". *Cognitive Psychology*. 38 (1): 79–109. CiteSeerX 10.1.1.474.3054. doi:10.1006/cogp.1998.0708. PMID 10090799.
- ²⁶ https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit
- ²⁷ Heath, C., Larrick, R. P., & Wu, G (1999). "Goals as reference points". *Cognitive Psychology*. 38 (1): 79–109. CiteSeerX 10.1.1.474.3054. doi:10.1006/cogp.1998.0708. PMID 10090799.

- ²⁷ https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit
- ²⁸ Fox, S., & Hoffman, M (2002). "Escalation behavior as a specific case of goal-directed activity: A persistence paradigm". *Basic and Applied Social Psychology*. 24 (4): 273–285. doi:10.1207/s15324834basp2404_3.
- ²⁸ https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit
- ²⁹ Fox, S., & Hoffman, M (2002). "Escalation behavior as a specific case of goal-directed activity: A persistence paradigm". *Basic and Applied Social Psychology*. 24 (4): 273–285. doi:10.1207/s15324834basp2404_3.
- ³⁰ Fox, S., & Hoffman, M (2002). "Escalation behavior as a specific case of goal-directed activity: A persistence paradigm". *Basic and Applied Social Psychology*. 24 (4): 273–285. doi:10.1207/s15324834basp2404_3.
- ³⁰ https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit
- ³¹ Fox, S., & Hoffman, M (2002). "Escalation behavior as a specific case of goal-directed activity: A persistence paradigm". *Basic and Applied Social Psychology*. 24 (4): 273–285. doi:10.1207/s15324834basp2404_3.
- ³¹ https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit
- ³² Fox, S., & Hoffman, M (2002). "Escalation behavior as a specific case of goal-directed activity: A persistence paradigm". *Basic and Applied Social Psychology*. 24 (4): 273–285. doi:10.1207/s15324834basp2404_3.
- ³² https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit
- ³³ Fox, S., & Hoffman, M (2002). "Escalation behavior as a specific case of goal-directed activity: A persistence paradigm". *Basic and Applied Social Psychology*. 24 (4): 273–285. doi:10.1207/s15324834basp2404_3.
- ³³ https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit
- ³⁴ Fox, S., & Hoffman, M (2002). "Escalation behavior as a specific case of goal-directed activity: A persistence paradigm". *Basic and Applied Social Psychology*. 24 (4): 273–285. doi:10.1207/s15324834basp2404_3.
- ³⁴ https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit
- ³⁵ "SWOT Analysis: Discover New Opportunities, Manage and Eliminate Threats". www.mindtools.com. 2016. Retrieved 23 November 2020
- ³⁵ https://en.wikipedia.org/wiki/SWOT_analysis
- ³⁶ https://en.wikipedia.org/wiki/SWOT_analysis
- ³⁶ SWOT analysis. (2020, November 04). Retrieved November 23, 2020, from https://en.wikipedia.org/wiki/SWOT_analysis
- ³⁷ Strategic fit. (2020). In Wikipedia. https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Strategic_fit&oldid=936769693
- ³⁸ Camp, R. C. (1989). *Benchmarking: The search for industry best practices that lead to superior performance*. Quality Press ; Quality Resources.
- ³⁹ "1 Peter 1:16: Christians God-like Men, The duty and discipline of Christian hope". www.biblehub.com.
- ³⁹ <https://en.wikipedia.org/wiki/Discipline>
- ⁴⁰ https://en.wikipedia.org/wiki/Time_management
- ⁴¹ Alcaro A, Panksepp J (2011). "The SEEKING mind: primal neuro-affective substrates for appetitive incentive states and their pathological dynamics in addictions and depression". *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*. 35 (9): 1805–1820. doi:10.1016/j.neubiorev.2011.03.002. PMID 21396397. S2CID 6613696
- ⁴¹ Alcaro A, Panksepp J (2011). "The SEEKING mind: primal neuro-affective substrates for appetitive incentive states and their pathological dynamics in addictions and depression". *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*. 35 (9): 1805–1820. doi:10.1016/j.neubiorev.2011.03.002. PMID 21396397. S2CID 6613696
- ⁴¹ "Key DSM-IV Mental Status Exam Phrases". Gateway Psychiatric Services. Mood and Affect. Archived from the original on 13 November 2013. Retrieved 24 November 2020.
- ⁴¹ Cohen EE, Ejsmond-Frey R, Knight N, Dunbar RI (2010). "Rowers' high: behavioural synchrony is correlated with elevated pain thresholds". *Biol. Lett.* 6 (1): 106–8. doi:10.1098/rsbl.2009.0670. PMC 2817271. PMID 19755532
- ⁴¹ Malenka RC, Nestler EJ, Hyman SE (2009). Sydor A, Brown RY (eds.). *Molecular Neuropharmacology: A Foundation for Clinical Neuroscience* (2nd ed.). New York: McGraw-Hill Medical. pp. 191, 350–351, 367–368, 371–375. ISBN 9780071481274.
- ⁴¹ Georgiadis JR, Kringelbach ML (July 2012). "The human sexual response cycle: brain imaging evidence linking sex to other pleasures" (PDF). *Prog. Neurobiol.* 98 (1): 49–81. doi:10.1016/j.pneurobio.2012.05.004. PMID 22609047. S2CID 3793929
- ⁴¹ Blum K, Werner T, Carnes S, Carnes P, Bowirrat A, Giordano J, Oscar-Berman M, Gold M (March 2012). "Sex, drugs, and rock 'n' roll: hypothesizing common mesolimbic activation as a function of reward gene polymorphisms". *Journal of Psychoactive Drugs*. 44 (1): 38–55. doi:10.1080/02791072.2012.662112. PMC 4040958. PMID 22641964

- ⁴¹ Ankowiak, William; Paladino, Thomas (2013). "Chapter 1. Desiring Sex, Longing for Love: A Tripartite Conundrum". In Jankowiak, William R. (ed.). *Intimacies: Love and Sex Across Cultures*. Columbia University Press. p. 13. ISBN 9780231508766.
- ⁴¹ Johnson BA (2010). *Addiction Medicine: Science and Practice*. Springer Science & Business Media. p. 133. ISBN 9781441903389.
- ⁴¹ Euphoria. (2020). In Wikipedia. <https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Euphoria&oldid=986398400>
- ⁴² Berridge KC, Kringelbach ML (May 2015). "Pleasure systems in the brain". *Neuron*. 86 (3): 646–664. doi:10.1016/j.neuron.2015.02.018. PMC 4425246. PMID 25950633
- ⁴² Castro, DC; Berridge, KC (24 October 2017). "Opioid and orexin hedonic hotspots in rat orbitofrontal cortex and insula". *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*. 114 (43): E9125–E9134.
- ⁴² Kringelbach ML, Berridge KC (2012). "The Joyful Mind" (PDF). *Scientific American*. 307 (2): 44–45. Bibcode:2012SciAm.307b..40K. doi:10.1038/scientificamerican0812-40. PMID 22844850. Archived from the original (PDF) on 29 March 2017.
- ⁴² Euphoria. (2020). In Wikipedia. <https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Euphoria&oldid=986398400>
- ⁴³ Szabo A, Billett E, Turner J (2001). "Phenylethylamine, a possible link to the antidepressant effects of exercise?". *Br J Sports Med*. 35 (5): 342–343. doi:10.1136/bjism.35.5.342. PMC 1724404. PMID 11579070
- ⁴³ Tantimonaco M, Ceci R, Sabatini S, Catani MV, Rossi A, Gasperi V, Maccarrone M (2014). "Physical activity and the endocannabinoid system: an overview". *Cell. Mol. Life Sci*. 71 (14): 2681–2698. doi:10.1007/s00018-014-1575-6. PMID 24526057. S2CID 14531019
- ⁴³ Dinas PC, Koutedakis Y, Flouris AD (2011). "Effects of exercise and physical activity on depression". *Ir J Med Sci*. 180 (2): 319–325. doi:10.1007/s11845-010-0633-9. PMID 21076975. S2CID 40951545
- ⁴³ Szabo A, Billett E, Turner J (2001). "Phenylethylamine, a possible link to the antidepressant effects of exercise?". *Br J Sports Med*. 35 (5): 342–343. doi:10.1136/bjism.35.5.342. PMC 1724404. PMID 11579070
- ⁴³ Euphoria. (2020). In Wikipedia. <https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Euphoria&oldid=986398400>
- ⁴⁴ Zatorre RJ (March 2015). "Musical pleasure and reward: Mechanisms and dysfunction". *Ann. N. Y. Acad. Sci*. 1337 (1): 202–211. Bibcode:2015NYASA1337..202Z. doi:10.1111/nyas.12677. PMID 25773636. S2CID 22212386
- ⁴⁴ Zatorre RJ (March 2015). "Musical pleasure and reward: mechanisms and dysfunction". *Ann. N. Y. Acad. Sci*. 1337 (1): 202–211. Bibcode:2015NYASA1337..202Z. doi:10.1111/nyas.12677. PMID 25773636. S2CID 22212386
- ⁴⁴ Euphoria. (2020). In Wikipedia. <https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Euphoria&oldid=986398400>
- ⁴⁵ Goldstein A, Hansteen RW (1977). "Evidence against involvement of endorphins in sexual arousal and orgasm in man". *Archives of General Psychiatry*. 34 (10): 1179–1180. doi:10.1001/archpsyc.1977.01770220061006. PMID 199128
- ⁴⁶ "Merriam-Webster definition". Archived from the original on 7 January 2015. Retrieved 24 November 2020.
- ⁴⁶ Malenka RC, Nestler EJ, Hyman SE (2009). Sydor A, Brown RY (eds.). *Molecular Neuropharmacology: A Foundation for Clinical Neuroscience* (2nd ed.). New York: McGraw-Hill Medical. pp. 191, 350–351, 367–368, 371–375. ISBN 9780071481274
- ⁴⁷ Reference: <https://jamesclear.com/zanshin>
- ⁴⁸ Nakamura, J.; Csikszentmihályi, M. (20 December 2001). "Flow Theory and Research". In C. R. Snyder Erik Wright, and Shane J. Lopez (ed.). *Handbook of Positive Psychology*. Oxford University Press. pp. 195–206. ISBN 978-0-19-803094-2. Retrieved 20 November 2013.
- ⁴⁹ [https://en.wikipedia.org/wiki/Flow_\(psychology\)#cite_note-Finding_Flow-10](https://en.wikipedia.org/wiki/Flow_(psychology)#cite_note-Finding_Flow-10)
- ⁴⁹ Mihaly Csikszentmihályi (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. Harper & Row. ISBN 978-0-06-016253-5.
- ⁴⁹ Csikszentmihalyi, M., *Finding Flow*, 1997, p. 31
- ⁵⁰ https://en.wikipedia.org/wiki/Comfort_zone
- ⁵¹ <https://en.wikipedia.org/wiki/Obstacle>
- ⁵² "Time". *The American Heritage Dictionary of the English Language* (Fourth ed.). 2011. <https://en.wikipedia.org/wiki/Time>
- ⁵³ Sull, Donald N.; Wang, Yong (June 6, 2005). "The Three Windows of Opportunity". Working Knowledge. Harvard Business School. Retrieved 25 April 2016.
- ⁵⁴ Locke, Edwin A.; Latham, Gary P. (1990). *A theory of goal setting & task performance*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall. ISBN 978-0139131387. OCLC 20219875.
- ⁵⁴ <https://en.wikipedia.org/wiki/Goal>
- ⁵⁵ Karl Anders Ericsson (1996), *The road to excellence: the acquisition of expert performance in the arts and sciences, sports, and games*, ISBN 978-0-8058-2231-1

- ⁵⁶ <https://en.wikipedia.org/wiki/Freedom>
- ⁵⁷ Sharma, Arvind (2008). *Philosophy of religion and Advaita Vedanta: a comparative study in religion and reason*. Pennsylvania State University Press. ISBN 978-0271028323. OCLC 759574543.
- ⁵⁸ Gordon., Betts, J. *Anatomy, and physiology*. DeSaix, Peter., Johnson, Eddie., Johnson, Jody E., Korol, Oksana., Kruse, Dean H., Poe, Brandon. Houston, Texas. p. 9. ISBN 9781947172043. OCLC 1001472383
- ⁵⁹ Schacter, Daniel L. (2011). *Psychology Second Edition*. 41 Madison Avenue, New York, NY 10010: Worth Publishers. pp. 482–483. ISBN 978-1-4292-3719-2.
- ⁶⁰ <https://en.wikipedia.org/wiki/Attention>
- ⁶¹ [https://en.wikipedia.org/wiki/Sublimation_\(psychology\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Sublimation_(psychology))
- ⁶² Wong DW, Hall KR, Justice CA, Wong L (2014). *Counseling Individuals Through the Lifespan*. Sage Publications. p. 326. ISBN 978-1483322032. Intimacy: As an intimate relationship is an interpersonal relationship that involves physical or emotional intimacy. Physical intimacy is characterized by romantic or passionate attachment or sexual activity. In, https://en.wikipedia.org/wiki/Intimate_relationship
- ⁶³ <https://www.hillandponton.com/human-body-organ-systems/>
- ⁶⁴ <https://en.wikipedia.org/wiki/Fear>
- ⁶⁴ https://en.wikipedia.org/wiki/Emotional_security
- ⁶⁵ https://en.wikipedia.org/wiki/Psychological_resilience
- ⁶⁶ https://en.wikipedia.org/wiki/Inner_peace
- ⁶⁷ Stevenson, Angus; Lindberg, Christine A. (2011). "opportunity cost". Oxford University Press. ISBN 978-0-19-539288-3. Also, https://en.wikipedia.org/wiki/Opportunity_cost
- ⁶⁸ <https://www.tillerhq.com/2018-1-9-your-brain-on-debt/>
- ⁶⁹ Mccarthy, Gabby (2018-10-09). *Introduction to Metaphysics*. Scientific e-Resources. ISBN 978-1-83947-365-4. Also, <https://en.wikipedia.org/wiki/Mind>
- ⁶⁹ Arenas M.C., Manzanedo C. (2016) *Novelty Seeking*. In: Zeigler-Hill V., Shackelford T. (eds) *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8_1095-1
- ⁷⁰ Reference: <https://jamesclear.com/zanshin>
- ⁷¹ Schultz, D. P.; Schultz, S. E. (2012). *A history of modern psychology (10th ed.)*. Belmont, CA: Wadsworth, Cengage Learning. pp. 67–77, 88–100. ISBN 978-1-133-31624-4. Also, "psychology | Origin and meaning of psychology by Online Etymology Dictionary". Also, www.etymonline.com. Also, <https://en.wikipedia.org/wiki/Introspection>
- ⁷¹ https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-319-22195-3_4
- ⁷² Schumpeter, Joseph A., 1883–1950 (1983). *The theory of economic development: an inquiry into profits, capital, credit, interest, and the business cycle*. Opie, Redvers, Elliott, John E. New Brunswick, New Jersey. ISBN 0-87855-698-2. OCLC 8493721
- ⁷³ Ryan, Richard M.; Deci, Edward L. (2000). "Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions". *Contemporary Educational Psychology*. 25 (1): 54–67. CiteSeerX 10.1.1.318.808. doi:10.1006/ceps.1999.1020. PMID 10620381. Also, <https://en.wikipedia.org/wiki/Motivation>
- ⁷⁴ https://en.wikipedia.org/wiki/Financial_independence
- ⁷⁵ Schultz, D. P.; Schultz, S. E. (2012). *A history of modern psychology (10th ed.)*. Belmont, CA: Wadsworth, Cengage Learning. pp. 67–77, 88–100. ISBN 978-1-133-31624-4.
- ⁷⁶ Prochaska, James O.; DiClemente, Carlo C. (2005). "The transtheoretical approach". In Norcross, John C.; Goldfried, Marvin R. (eds.). *Handbook of psychotherapy integration*. Oxford series in clinical psychology (2nd ed.). Oxford; New York: Oxford University Press. pp. 147–171. ISBN 978-0195165791. OCLC 54803644
- ⁷⁷ https://en.wikipedia.org/wiki/Velocity_of_money
- * Please note that all Wikipedia references have been double-checked with source material that is accessible via references within Wikipedia articles.

INDEX

- 12 Dimensions 38
- Abuse of Money 39, 115
- ATOD & G 134
- Attracting Financial Success 132
- Awakened Intelligence 145, 146
- Benchmarking 85
- Blossoming 91
- Buy Now & Pay Now 122
- Central Theme 39
- Clarity of Completion 83
- Comfort Zone 54
- Commitment 58
- Competitive Intelligence 69
- Conflicts 44
- Conscious Mind 106
- Conservation 63
- Copulation-Induced Euphoria 125
- Core Energy 51
- Core Energy Diagram 38
- Core Energy Fragmentation 131
- Current Status 56
- Deliberate Practice 149
- Desire 52
- Detecting Energy 40
- Diminishing Sensitivity 81
- Distal Goals 79
- Drug-Induced Euphoria 126
- Emotional Energy 131
- Ending in Energy 124
- Energetic Activation 154
- Energetic Fusion 144
- Energetic Integration 130
- Energetic Intelligence 124
- Energetic Novelty 122
- Energetic Success 145
- Energy 38
- Energy in Action 52
- Energy in Action 52
- Energy in Desire 52
- Energy in the Mind 51
- Engaging Energy 123
- Entertaining Energy 124
- Equalizing Energy 124
- Equipping Energy 124
- Ethical Energy 152
- Euphoria 124
- Exercise-Induced Euphoria 125
- Experiential Freedom 63
- Experiential Reasoning 146
- Financial Growth 100
- Financial Potential 145
- Goal Pursuit 82
- Goal Setting 77
- Goal Valence 83
- Goal-Gradient Hypothesis 80
- Goals 75
- Gratitude 130
- Healthy Body 99
- Hedonic Hotspots 125
- Heraclitus 43
- Homeostatic Imbalances 133
- Hyper-Focused Greed 132
- Incentive Salience 78
- Individualized Ego 105, 107
- Inner Opulence 148
- Inner Research 123
- Inner World 110, 169
- Intellect 105
- Internal Non-Contradiction 69
- Internal Significance 58

Intrinsic Interests 83
 Locus of Control
 Loss Aversion 81
 Low Self-Esteem 136, 152
 Meditative Intelligence 79
 Mental Discipline 120
 Mental Health Problems 135
 Mental Powers 157
 Mind 105
 Mindset Theory of Action 77
 Misuse of Money 115
 Money 59
 Money as a Vitamin 165
 Money Earned 49
 Money Found 48
 Money Inherited 48
 Money Stolen 48
 Money Won 48
 Money's Impact 48
 Mt. Everest 21
 Music-Induced Euphoria 125
 Negative Emotions 135
 Negative Memories 134
 Negative Perceptions 132
 Novelty Saturation 133
 Novelty Seeking 126
 Obstacles 87
 Opportunity Recognition 86
 Opulence 141
 Painful Emotions 135
 Peak States 58
 Performance Enhancement 148
 Performance Indicators 70
 Persistence 86
 Personal Identity 119
 Personality 119
 Physiological Systems 109
 Physiology 109
 Point of Saturation 133
 Primal Energy 129
 Prison of Human Conflicts 143
 Problem Gambling 123
 Process-Oriented Mindset 157
 Psychological Time 112
 Progression 42, 53
 Prospect Theory Perspective 80
 Proximal Closure 82
 Proximal Goals 79
 Psychological Fragmentation 130
 Psychological Time 112
 Reference Points 80
 Regression 42
 Revitalization 109
 Reward 78
 Risk 95
 Sacred State 110
 Sacrifice of Energy 152
 Self-Efficacy 101
 Significant Other 133
 Skill Development 151
 SMART Objectives 77
 Spend-Save-Give 122
 Spiritual Path 133
 Stagnation 53
 STOP Acronym 89
 Strategic Fit 84
 Structural Intelligence 69
 Subconscious Mind 106
 Subgoals 93
 Survival Instincts 34
 SWOT Analysis 84
 Temptation 131, 197
 Time Management 119, 120
 Transformation

À propositu di l'autore



U sgiò Ricky Singh hè natu in New Delhi, India u 28 di lugliu di u 1969 cum'è u più vechju di trè figlioli (vale à dì, duie surelle è Ricky). Immigratu à i Stati Uniti in u 1988, Ricky hà compru u so primu affari in u 1992 è ùn hà micca guardatu in daretu da quellu tempu. Hà diverse sperienze è cumpetenze cummerciale, gestisce negozi di cunvenzione, stazioni di benzina, 7-Elevens, tabacchi, startups tecnologiche, ristoranti, gastronomia è altri stabilimenti alimentari. I realizzazioni includenu i seguenti:

- a) Imprenditore seriale di successu
- b) U pruprietariu di tutte e stazioni di gas Speedy in Delaware
- c) Cumpleta 52 maratone in 50 stati
- d) Atleta ultra-endurance, chì corre parechje distanze, chì varieghja da 5K à 135 miles
- e) Scagliatu parechje cime cumpresu u Monti Manasalu (8e puntu più altu) è u Mt. Everest.
- f) Secondu Indianu Americanu è u primu Sikh americanu à a cima di u Monte Everest
- g) Filantropu passiuatu, interessatu à l'elevazione umana
- h) Parlatureu motivational in diverse ambientazioni

U sgiò Singh hè un babbu amante cù dui figlioli, hè dedicatu à a vita di u matrimoniu cù a so moglia, è crede fermamente in a cura di i so genitori. A so mamma vive cun ellu in a so casa in Wilmington Delaware.