Jak skutecznie planować i osiągać cele wg TCM?

by Michał Richter

I DRZEWO

CZYM JEST **DRZEWO / WIATR**
WEDŁUG MEDYCYNY CHIŃSKIEJ?

TO ENERGIA RUCHU OSIĄGANIA CELU:
- START
- ZAANGAŻOWANIE
- ZAKOŃCZENIE

RUCH WYKAZUJE PUNKT POCZĄTKOWY I KOŃCOWY

DRZEWO

WĄTROBA = GENERAŁ

ADAPTACJA

CZYLI CO? GDZIE? KIEDY? I JAK?

FIZYCZNIE, MENTALNIE, INTELEKTUALNIE, EMOCJONALNIE

DRZEWO

20/80 vs 80/20

SPRAWDZIAN Z MATEMATYKI

DRZEWO / WIATR

PATOLOGIA
=
HURAGAN
(WEWNĘTRZNY LUB ZEWNĘTRZNY)

INICJACJA **BRAK LUB NADMIERNA**

DETERMINACJA **BRAK LUB NADMIERNA**

OSIĄGNIĘCIE **BRAK LUB NADMIERNE**

DRZEWO

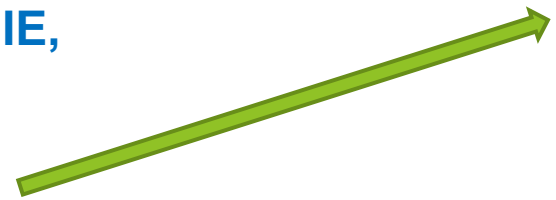
NA NAUKĘ DRZEWA NIGDY NIE JEST ZA PÓŹNO

INICJACJA KAIZEN & GUMA ŻUCIA – KIEDY START?

DETERMINACJA WIEDZA & MĄDROŚĆ ŻYCIOWA

CELE ODCZUCIA, NIE POSIADANIE ! ! !

**ŚWIECZKA NA TORCIE,
NAWIGACJA
&
AUTOPILOT**



NIE MUSISZ
WIEDZIEĆ „JAK?”

DRZEWO

REGENERACJA

!!! SEN I AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA !!!

ZIOŁA

DIETA:
- GOTOWANE / DUSZONE
- OGRANICZENIE WĘGLOWODANÓW
- TŁUSZCZE ROŚLINNE
- BULIONY
- BURAKI
- ZIELENINA / NATKI
- SOK Z KARCZOCHA
- ZŁOŻONE SUPLEMENTY

I CO TEGO, JEŚLI NIE UMIEM UŻYWAĆ ENERGII DRZEWA?!?