



Когда вы в пути, нужно знать, куда идёшь...

Но не забывайте: единственное, что действительно  
реально в вашем путешествии, —  
*шаг, который вы делаете в это самое мгновение.*





*В вашем внутреннем путешествии реален только один шаг —*  
тот, который вы делаете прямо сейчас.





*Присутствуйте, осознавайте.*

Будьте неустанным хранителем  
своего внутреннего пространства.



*Хорошая новость* заключается в том, что вы можете  
освободиться от своего ума.

Это единственное истинное освобождение.

Первый шаг можно сделать прямо сейчас.





*Только Настоящее может освободить вас* от прошлого.

Время не освободит вас от времени.

Найдите доступ к силе Настоящего. Это ключ.

*Страх мешает вам действовать?*

Признайте его, наблюдайте за ним,

уделите ему внимание, полностью осознайте его.

Это разрывает связь между страхом и вашим мышлением.

*Глубокая трансформация* сознания — не дело  
далёкого будущего; эта возможность доступна человеку  
прямо сейчас, кем бы вы ни были и где бы ни находились.

