*КАРМА (санскрит - деяние) - общая сумма совершенных всяким живым существом поступков и их последствий, определяющая характер его нового рождения, перевоплощения. В узком смысле - влияние совершенных действий на характер настоящего и последующего существования.*

Хотелось ли Вам когда-нибудь почувствовать в себе всю полноту жизни? Осознать, что именно Вы и никто другой управляете ею? Начинать и заканчивать каждый свой день с радостью и удовлетворением от того, что Вы узнали, придумали, совершили?

Книга, которую Вы держите в руках-не просто ежедневник. Это настоящий учебник жизни. Его автор - Вы сами! С его помощью Вы сможете проживать каждый свой день осознанно, поднимаясь на ступень выше в познании себя. В конце каждого дня Вы будете записывать все Ваши действия, а затем сможете проанализировать их с точки зрения пользы для Вашей кармы.

Ниже в помощь приведены критерии, которые помогут Вам оценить последствия Ваших дел.

Плюс к карме - это:
- Вы с радостью и удовлетворением вспоминаете о сегодняшнем деле;
- Ваше дело было полезным для Вас;
- Вы с удовольствием готовы поделиться с близкими своим свершением.

Минус к карме - это:

- Вы абсолютно равнодушны к воспоминаниям о вашем свершении, либо эти воспоминания Вам неприятны;
- Вы не находите никакого смысла в своём действии;

-у Вас нет желания делиться этим с кем бы то ни было.

 Ваша цель - осознать, какие из ваших действий несут позитивные плоды, а какие - негативные. Попробуйте! Вы увидите, насколько это приятно - не плыть по течению, но познать глубину или подняться выше - как Вам больше нравится.

Удачи Вам на нелёгком пути самосовершенствования!