

Ангелина Никонорова

Кто я? Как найти себя?



Ангелина Никонорова

Кто я? Как найти себя?

<https://litres.ru/74613828>

SelfPub; 2026

Аннотация

Очень короткая книга. Первая. Мой опыт за гонкой в деньгах и вопросами - кто же я есть на самом деле ? Решились они с помощью моих же практики и медитации, с которыми я поделилась! Приятного чтения, надеюсь, мой опыт станет полезным для вас! Администрация сайта Литрес не несет ответственности за представленную информацию. Могут иметься медицинские противопоказания, необходима консультация специалиста.

Содержание

Пройденный путь.	4
Конец ознакомительного фрагмента.	6

Ангелина Никонорова

Кто я? Как найти себя?

Пройденный путь.

В этой книге я хочу поделиться своим опытом, своими знаниями. Рассказать свой путь и показать практики, которые мне очень помогли.

Многое в жизни кажется таким сложным, запутанным, непонятным. Мы не знаем с чего начать и куда ткнуться, особенно, когда нам кажется, что мы остались совсем одни со своей проблемой и не можем найти решения. Руки опускаются, падает дух.. не знание и не понимание куда идти дальше. А кто я вообще? А для чего я в этом мире?

Абсолютно все люди видят мир по разному. Когда я находилась в депрессии, я видела мир черно-белыми красками, находилась в позиции жертвы и усугубляла ситуацию еще сильнее, перекладывая ответственность на других, загоняя себя в тупик.

Таблетки не помогали, слова близких были бессмысленными. В моменте, я плакала и пыталась найти ту самую опору, и знаете в чем я ее нашла? В медитациях. Тревожность ушла моментально, мне стало легче, очки с черно-белыми красками спали с меня, и я начала смотреть на всё иначе.

Мне стало проще жить, но это не успокаивало меня полностью. Самые главные вопросы в моей голове были «как же мне стать богаче?», «а какое у меня предназначение?» и так далее.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.