

GIORNO 3

AIUTA LA MENTE

Ogni cosa irrisolta della nostra vita è un impegno preso con noi stessi e la nostra mente fa il suo lavoro, proponendoci la cosa di cui dobbiamo occuparci continuamente finché non la liberiamo da questo compito. Sto parlando dei **cerchi aperti**, che per la nostra mente hanno tutti la stessa importanza, non fa distinzione tra le cose importanti (come un progetto di lavoro) e quelle meno (come comprare il caffè che sta per finire).

Aiutiamo la nostra mente chiudendo i nostri cerchi aperti: organizziamoci bene per le cose meno importanti (il caffè) lasciando spazio nella nostra mente per quelle importanti (progetto di lavoro).

