



АЛЕКСАНДР СВИЯШ

Центр позитивной психологии
«Разумный путь»

PRO - ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ

ВЕБИНАР-ПРАКТИКУМ

ТРЕНЕР МАРИЯ РАЗБАШ

8 ЗАНЯТИЕ

Позитивные установки на осознание своего Предназначения

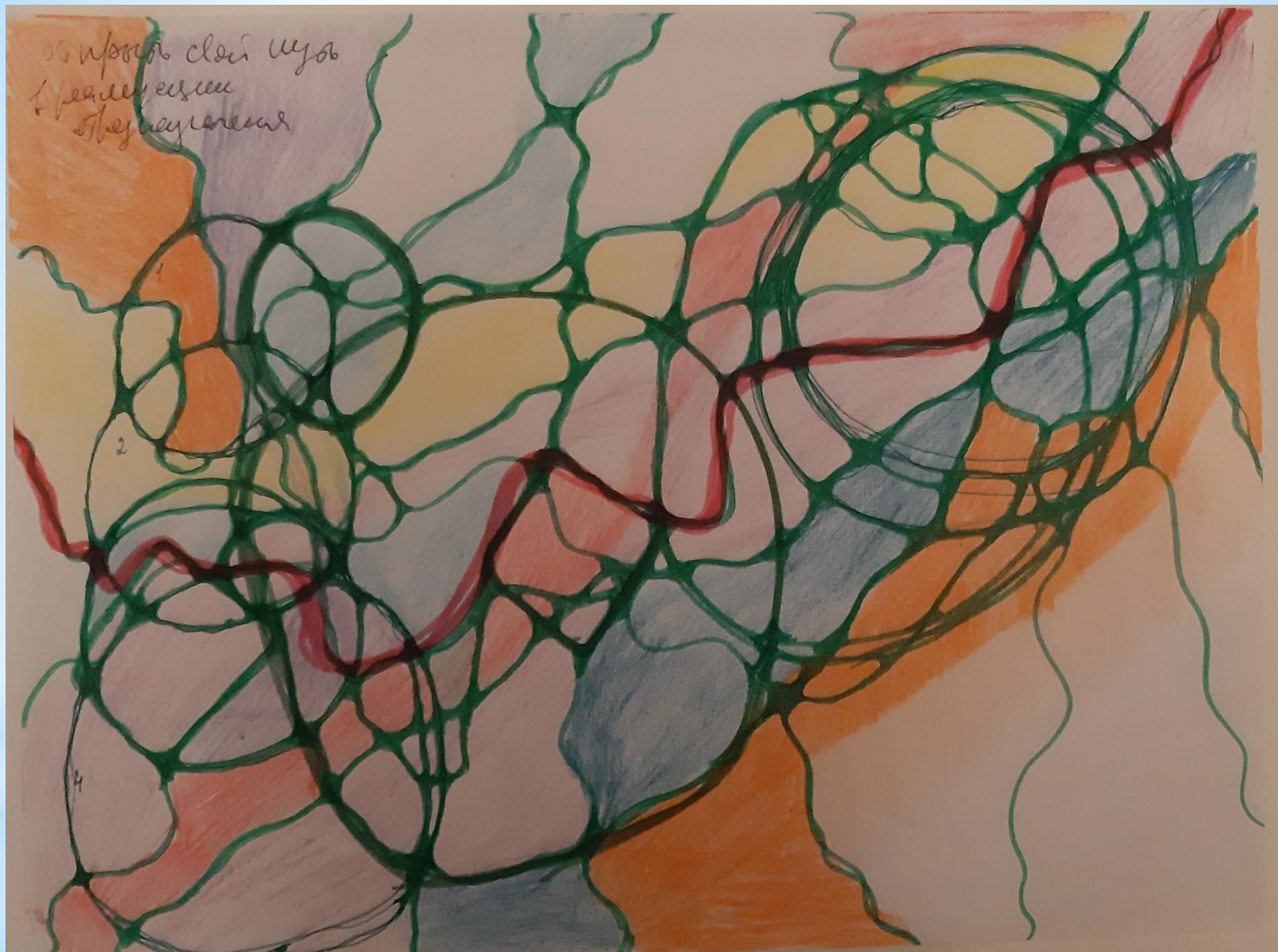
1. Я точно осознаю то, чем мне стоит заниматься в ближайшее время, чтобы получать максимальное удовлетворение
2. Я уверен (а): мое любимое дело приносит мне достаток
3. Я позволяю своим близким поддерживать меня в моих решениях
4. Я уверен (а): Жизнь направляет меня и поддерживает мои решения
5. Я уверен(а) в себе
6. Я доверяю Жизни вести меня Моим путем
7. Я живу в гармонии с собой и с окружающим миром

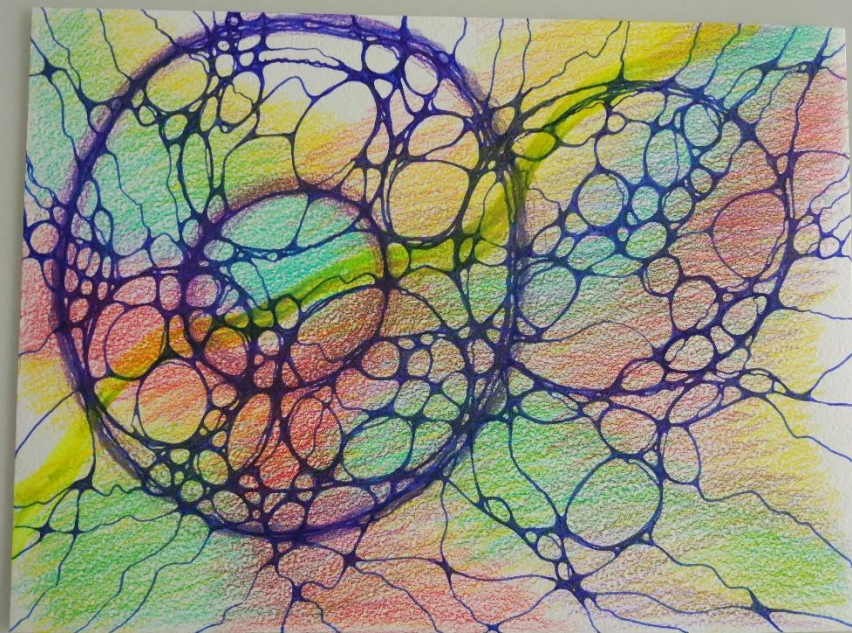
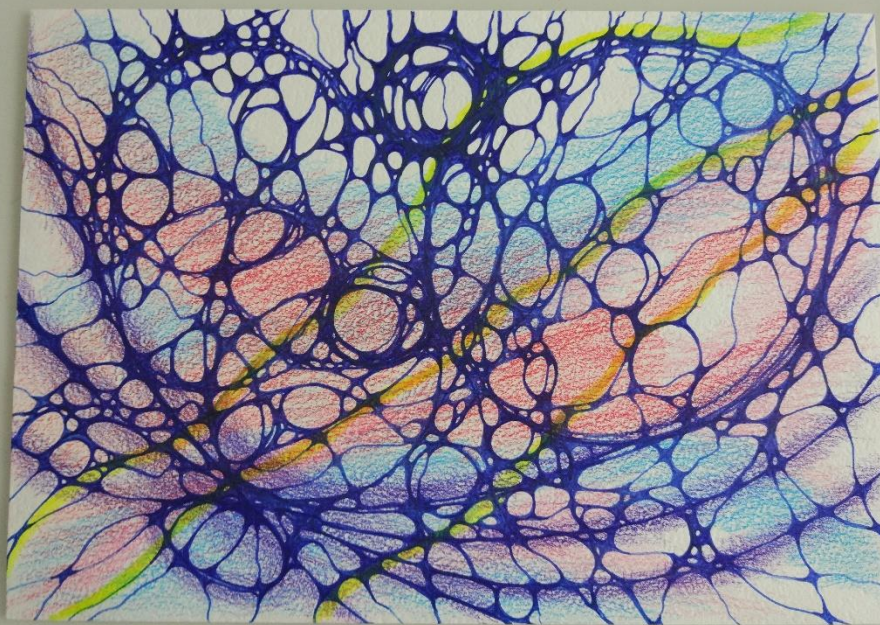
Критерии определения своего предназначения

1. Эмоциональная удовлетворенность, радость, энергетическая наполненность
2. Ощущение счастья здесь и сейчас
3. Вы не можете не делать это. Вы можете это делать даже бесплатно
4. Есть элемент творчества
5. Это приносит благо и другим людям. Вы дарите им свою энергию и радость
6. Вы успешны в этом
7. Вы получаете за это деньги (возможно)

Рисунок «Пути реализации своего Предназначения»







ОТКРЫТЬ СВОЙ ПУТЬ В РЕАЛИЗАЦИИ ПРЕДНАЗНАЧЕНИЯ
и много жести

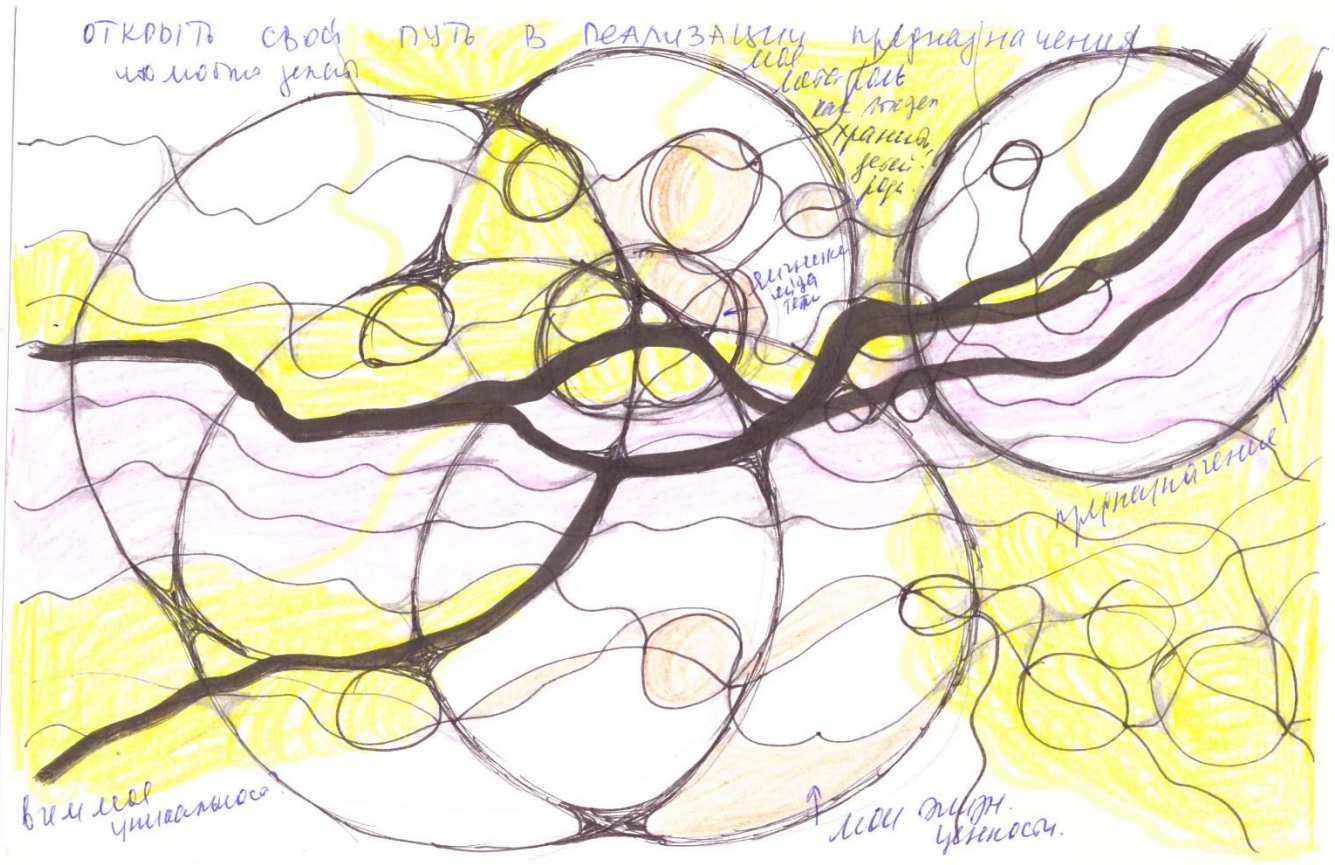
идея
как может
хранить
жест
идея

ветка
сидя
там

предназначение

видеть
усталость

идея
усталость



Вопросы для ежедневных записей в ДНЕВНИКЕ ОСОЗНАНИЙ

1. Как Жизнь СЕГОДНЯ позаботилась обо мне?
2. Чему я должна научиться в этой жизни?
3. Чему я могу научить других?

Техника автоматического письма

1. Настройка на работу с Подсознанием
2. Задать вопрос

Чему я могу научить других людей?



Вопрос в работе с Подсознанием

«Чем я буду заниматься, если мне
осталось жить 6 мес?»

Логический уровень

Какая **моя основная роль**, в которой реализуются важнейшие жизненные ценности

Какие ценности я реализую в своей жизни в первую очередь?

Уровень действий

Основная задача:

ежедневно делать конкретные шаги
по реализации своего
предназначения

1. Общее (отношение к жизни) - позитив и радость каждого дня
2. Персональные программы (в конкретной деятельности), если она есть....

Медитация

«Встреча с Высшим Я»

Задача : получить опыт общения со своим Высшим Я

Получить ответы на вопросы:

- В чем смысл моего рождения?
- Чему мне надо научиться?
- Что мне надо делать, чтобы узнать свое предназначение?
- В чем мое предназначение?

Медитация Встреча с Высшим Я



Стратегии открытия свое Предназначение

1. Живите в радости уже сегодня. Занимайтесь любым делом с удовольствием
2. Расширяй свой кругозор, ищите в разных областях, пробуйте и находите то, что Вам нравится делать
3. Ваш возраст - это лучшее время , чтобы начать делать то, что нравится
4. Доверяйте себе и слушайте сигналы Жизни
5. Бережно относитесь к окружающим. ПУ на гармонию с окружающими
6. Делайте небольшие шаги, простые, конкретные, регулярные

Стратегии

7. Не бойтесь того, что скажут люди
8. Совершенствуйтесь в том, что Вам нравится.
Будьте уверены, что у Вас достаточно знаний, чтобы начать действовать. За 5 - 7 лет Вы сможете стать высоким профессионалом
9. Находите время, чтобы каждый день совершенствоваться в своем деле
10. Открывайте способы получения денег за свою деятельность

Опыт медитаций

- Мой самый счастливый день
- Диалог с Предназначением
- Диалог со Своими Ценностями
- Встреча с Хранителем Рода
- Диалог с Высшим Я
- Содержание Дневника осознаний
- Описание снов
- Нейрографический рисунок

Вопросы для осознания своего Предназначения

1. Какое дело позволит мне наиболее полно развить мои таланты с ближайшее время?
2. Чем мне стоит заниматься в жизни? К чему у меня есть глубинная склонность в ближайшее время?
3. Если ли в моей судьбе что-то, что предначертано свыше?
4. Что мне предначертано? Как я могу это реализовывать?
5. Зачем я нужна этому миру?
6. Зачем мир нужен мне?
7. Что останется после меня?
8. В чем моя уникальность? В чем мое главное отличие от других успешных людей?
9. Кто я? В чем смысл моего рождения?
10. Что я понимаю про себя и свое Предназначение

Домашние задание

1. Продолжать (по необходимости) Прощение своего Предназначения с дыханием
2. Загружать позитивные установки «О реализации СВОЕГО ПРЕДНАЗНАЧЕНИЯ»
3. Запись Утренних страниц, техника автоматического письма. (Примеры вопросов) 1 сеанс - 1 вопрос.
Писать не менее 15 мин. Можно дольше, если сеанс идет легко
4. Проводить медитации повторно.
5. Использовать материалы Мета роли и ценностей

Источники открытия своего Предназначения

1. Что люблю делать сейчас?
2. Что любили делать в детстве?
3. Что я буду делать, если у меня не надо будет зарабатывать деньги на жизнь?
4. Что умею делать лучше , чем другие (чем горжусь)?
5. Анализ ответов Подсознания (автоматическое письмо)
6. Анализ диалогов с Предназначением
7. Анализ Утренних страниц
8. Анализ ответов в Заметках на полях: Чем стоит заниматься, чтобы получать наибольшее удовлетворение?
9. Как и в чем я могу реализовывать свою мета-роль?
10. Чему могу научить других?
11. Чем буду заниматься, если осталось жить 1 год?

Основы планирования жизни, где реализовано Ваше предназначение

1. Поддерживайте позитивный настрой жизни

Занимаясь любым делом, делайте это с удовольствием.

2. Совершенствуйтесь в том, что Вам нравится. Находите время, чтобы каждый день совершенствоваться в своем деле

3 Пробуйте разные дела и находите, что нравится больше

4. Слушайте себя, свое подсознание. Техника автоматического письма)

5 Используйте опыт диалога с Подсознанием, ВЕДИТЕ УТРЕННИЕ СТРАНИЦЫ.

6. Будьте внимательны к знакам жизни

Открывайте способы получения денег за свою деятельность

7. ВЕДИТЕ ДНЕВНИК ОСОЗНАНИЙ.

МОЕ ОБЯЗАТЕЛЬСТВО

Я

_____обязуюсь
ежедневно заниматься тем, что я люблю делать
получать удовольствие от всего, что делаю
быть уверенной (уверенным) в себе
использовать все позитивные шансы, которые
дает мне жизнь

Реализовывать себя и свое предназначение во
всем, что я делаю и как я живу

Дата

Подпись

Заключительное занятие

17 НОЯБРЯ

Обсуждение достигнутого
и составление планов на
будущее