



ЦЕНТР ПОЗИТИВНОЙ
ПСИХОЛОГИИ
АЛЕКСАНДРА СВИЯША
РАЗУМНЫЙ ПУТЬ

КАК НАЙТИ СВОЕ ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ

ВЕБИНАР-ПРАКТИКУМ

ТРЕНЕР МАРИЯ РАЗБАШ

1 ЗАНЯТИЕ

ЗАДАЧИ ТРЕНИНГА

- Исследовать внутренние персональные программы
- Дать навыки работы с Подсознанием
- Пережить личный опыт, который поможет раскрыть направления своего предназначения.
- Освоение инструментов для дальнейшей работы над собой

Предназначение

– это наиболее короткий путь реализации своего внутреннего потенциала, своих способностей и склонностей, которыми одарила Вас природа

Как найти свое предназначение

1. Быть честным по отношению к своим желаниям
2. Убрать все лишнее из своей жизни
3. Быть ответственным за все, что происходит в Вашей жизни
4. Умейте проявлять терпение, сосредоточьтесь на осознании своего предназначения
5. Любите и цените себя
6. Проявляйте активность

Уровни работы по выявлению своего предназначения

1. Логический (аналитический)
уровень
2. Медитативный уровень
3. Уровень действий

Выявление важнейших жизненных ценностей и способов их реализации через конкретные роли

Источники свое предназначения

1. Программы рода
2. Опыт прошлого
3. Опыт настоящего
4. Видение своего реализованного предназначения в будущем
5. Реализация своей миссии с точки зрения Вселенной. Что останется после меня?

ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ

Написать все ассоциации, которые у Вас
возникают с ЭТИМ СЛОВОМ

2 минуты

Невыполнение своего предназначения

- Вы занимаете не свое место
- Вы занимаете не тем делом
- Вы находитесь не в том месте и не с теми
- Вы ощущаете неудовлетворенность жизнью, но при этом внешне все вполне благополучно
- Упадок сил, нет энергии
- Эмоциональная нестабильность
- Заниженная самооценка
- Тревожность
- Чувство вины
- Отсутствие мотивации

***Предназначение - это
путеводная звезда.***

Как вы узнаете, что
нашли свое
ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ?

**Кому открывается
предназначение?**

Предназначение в жизни

- ОБЩАЯ ПРОГРАММА
- ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ

Что мешает открыть предназначение?

1. Внутренние страхи
2. Накопленные эмоциональные блоки
3. Негативные программы
4. Идеализация цели
5. Заниженная самооценка
6. Внутренняя инерция

РФП за невыполнение своего Предназначения

1. Я прошу у себя прощение за то , что....
2. Я прощаю себя за то что
3. Я забираю энергию из воспоминаний о том.....
4. Я полностью стираю эмоциональные блоки из своего тела , связанные с воспоминанием о ...
- 5 Впредь в выбираю.....

КРИТЕРИИ ВЫПОЛНЕНИЯ предназначения

ВНУТРЕННИЕ КРИТЕРИИ

ОЩУЩЕНИЯ

Удовлетворенности, счастья, получение удовольствия от каждого дня, гармония с собой и окружающими

ВНЕШНИЕ КРИТЕРИИ-

Востребованность в обществе, реализация своих умений, навыков, знаний.

Финансовая уверенность.

Критерии выполнения своего предназначения

1. Вы делаете то, что Вам нравится
2. Вы живете в гармонии с собой
3. Вы чувствуете себя счастливым и на своем месте
4. Творческое отношение к жизни
5. Наполненность энергией.
6. Желание совершенствоваться в своем деле.
7. Вы могли бы это делать и бесплатно.

Главный аспект

БЫТЬ в СОСТОЯНИИ ПОТОКА

Источники открытия своего предназначения

1. Программы рода
2. Опыт прошлого
3. Опыт настоящего
4. Видение своего реализованного предназначения в будущем
5. Реализация своей миссии с точки зрения Вечности

(Что останется после Вас)

УРОВНИ ПРЕДНАЗНАЧЕНИЯ

Миссия - для чего я живу?

Видение - как выглядит моя жизнь, когда я реализую свое предназначение?

Роль - через что я могу реализовывать свое предназначение

Искусство задавать вопросы

1. Спокойная обстановка
2. Ответы записывать ! Именно рукописно
3. Не ждать мгновенного ответа
4. «Секретная формула», открывающая доступ к дополнительной информации

Заметки на полях

Чем я горжусь в себе?

В чем моя уникальность

Провести опрос (по 3 и более человек):

1. Близких
2. Друзей
3. Коллег

Ответы записать в Дневнике Осознаний

Домашнее задание

Завести **ДНЕВНИК ОСОЗНАНИЙ**,

В него записывать всю информацию о себе в течение вебинара и в дальнейшем

ЧТО ЗАПИСЫВАТЬ В ДНЕВНИКЕ ОСОЗНАНИЙ

1. Домашние задания, которые выполняете на вебинаре
2. Впечатления от медитаций
5. Отмечать Знаки Жизни и фиксировать факты совпадений
- 6 Записывать ответы на вопросы **ЗАМЕТКИ НА ПОЛЯХ**
7. Наблюдения за собой и своими состояниями
8. Записывать свои важные сны

1. Выполнение домашних заданий
2. Впечатления от медитаций
3. Отмечать Знаки Жизни
4. Наблюдения за собой и своими состояниями
5. Дополнительная информация

Задание

Записать **100 своих желаний**

В течение 20 – 30 мин написать 100 любых желаний. Важных и не очень, больших, крупных, и маленьких, незначительных.

Задание 1

1. Написать (дополнить) прощение своего Предназначения и продышать 3 - 4 раза
2. Дописывать: в чем моя уникальность (чем горжусь в себе)
3. Опрос: В чем моя уникальность?

Записывать ежедневно ответы на вопросы

- Что я сделал сегодня для себя
- Как Жизнь позаботился/ась обо мне
- Что я сделал/а для своего счастливого будущего