



ЦЕНТР ПОЗИТИВНОЙ
ПСИХОЛОГИИ
АЛЕКСАНДРА СВИЯША
РАЗУМНЫЙ ПУТЬ

ПУТЬ ИСПОЛНЕНИЯ ЖЕЛАНИЙ

ВЕБИНАР-ПРАКТИКУМ

ТРЕНЕР **МАРИЯ РАЗБАШ**

занятие 8

Цитата дня

Когда цель достигнута, в глаза
бросаются лишь отрицательные
стороны нашего предприятия.

Джонатан Свифт

Препятствия на пути достижения цели

1. Энергетические блоки
2. Негативные программы
3. Низкая самооценка
4. **Внутренние выгоды (неосознаваемые) от недостижения цели**

СКРЫТЫЕ ВЫГОДЫ ОТ НЕДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛИ

В случае, когда вы бессознательно отказываетесь от достижения цели, Вы получаете какие-то выгоды

Вам нужно выявить их и определить, что вам важнее - цель или выгоды

Если цели важнее, то нужно сделать так, чтобы выгоды вас не тормозили

Если выгоды перевешивают, то тогда стоит отказаться от цели

Создаем ПУ для скрытых выгод

- ▶ ПУ пишем на основные выгоды по системе «+» и «+».
- ▶ Загружаем их с дыханием

РАЗГОВОР С ПОДСОЗНАНИЕМ

1 Остановить словомешалку

2. Настройка на работу с подсознанием:

Мое дорогое подсознание, я прошу дать ответ:

1. Какая моя основная цель в ближайшие полгода – год?

2. **Какие у меня есть скрытые выгоды НЕ ИМЕТЬ эту цель?**

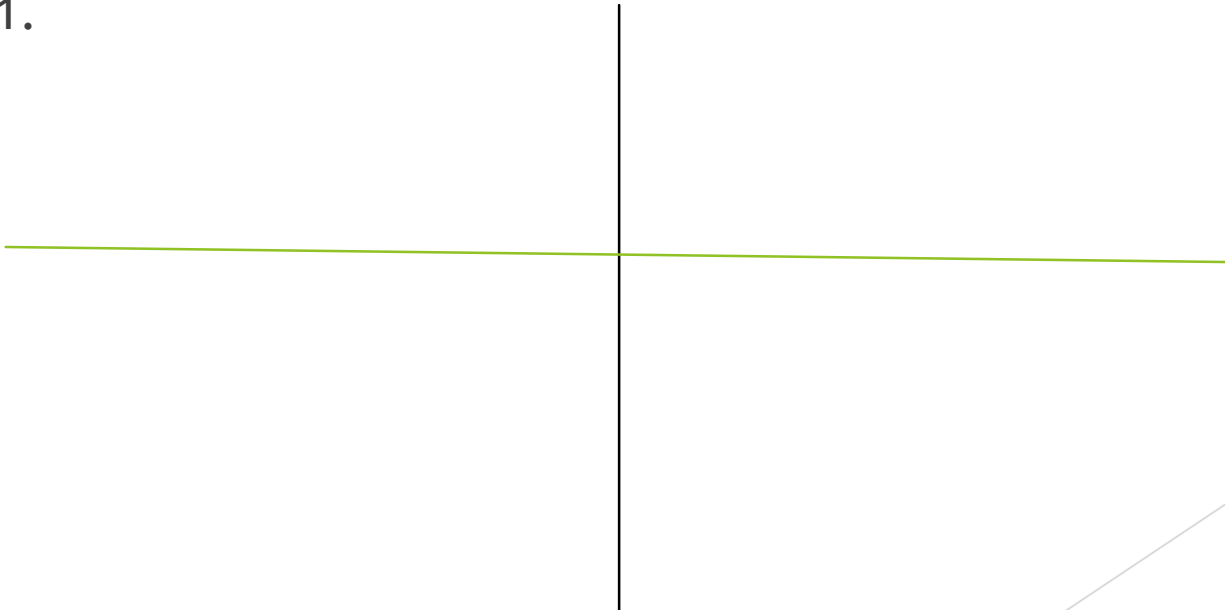
3. Над чем надо работать в первую очередь?

4. Какая еще есть дополнительная информация о моих целях и задачах?

Система Декарта

1. Если достигните цель +, какие +
2. Если достигните цель +, какие -
3. Если не достигните цель - , какие +
4. Если не достигните цель - , какие -

1.



Позитивные мысли о реализации целей

Впредь с легко достигаю СВОИХ ИСТИННЫХ ЦЕЛЕЙ
Впредь я выбираю активно действовать для достижения своих
целей

Впредь я выбираю быть уверенным в достижении своей цели

Впредь я выбираю верить в свои возможности

Впредь я выбираю использовать все шансы для достижения
цели

Впредь я выбираю активно привлекать помощников для
достижения цели

Впредь я выбираю верить в то, что цель будет достигнута

Впредь я выбираю наполняться энергией для достижения цели

Впредь я выбираю окружающих, которые поддерживают и
вдохновляют меня для достижения цели

Впредь я выбираю быть решительным/ной при достижении
цели

Впредь я выбираю всегда четко видеть свою цель

Впредь я выбираю четко видеть все действия для достижению
цели

Впредь я выбираю энергично достигать своих целей.

Впредь Я ИДУ ПО ЖИЗНИ ЛЕГКО

Впредь Я всегда НА ВОЛНЕ УДАЧИ

АКТИВИЗИРУЕМ РЕСУРСЫ ДЛЯ ИСПОЛНЕНИЯ ЖЕЛАНИЙ

- ▶ Активизируем ресурсы подсознания для реализации желаний

Домашнее задание

1 Провести сеанс работы с Подсознанием по вопросам выгод не иметь свою цель.

2. Принять решение по цели и сформулировать ПУ

(по выгодам)

3. Загрузить ПУ в Подсознание с дыханием

Ежедневные задания

1. Утром Записывать свое желание в Ежедневнике и главные ПУ
2. Вечером записывать реальные шаги и достижения, которые Вы делали в этот день на пути исполнения желаний
3. Упражнение Энергетический шар своего желания
4. Практиковать медитацию-визуализацию Исполнения желаний