АЛЕКСАНДР СВИЯШ

Центр позитивной психологии
«Разумный путь»

PRO ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ

ВЕБИНАР-ПРАКТИКУМ

ТРЕНЕР МАРИЯ РАЗБАШ

4 ЗАНЯТИЕ

Позитивный настрой на работу с Подсознанием

Загрузить с дыханием следующие установки:

1. Я с любовью и благодарностью принимаю советы моего Подсознания о моем Предназначении.

2. Я эффективно использую подсказки моего Подсознания для открытия моего Предназначения.

3. Я полностью доверяю своему Подсознанию давать мне рекомендации о моем Предназначении.

4. Я позволяю своему Подсознанию принимать активное участие в реализации моего Предназначения

5. Я энергично следую своему Предназначению

6. Я живу в гармонии с собой и с окружающим миром уже сейчас

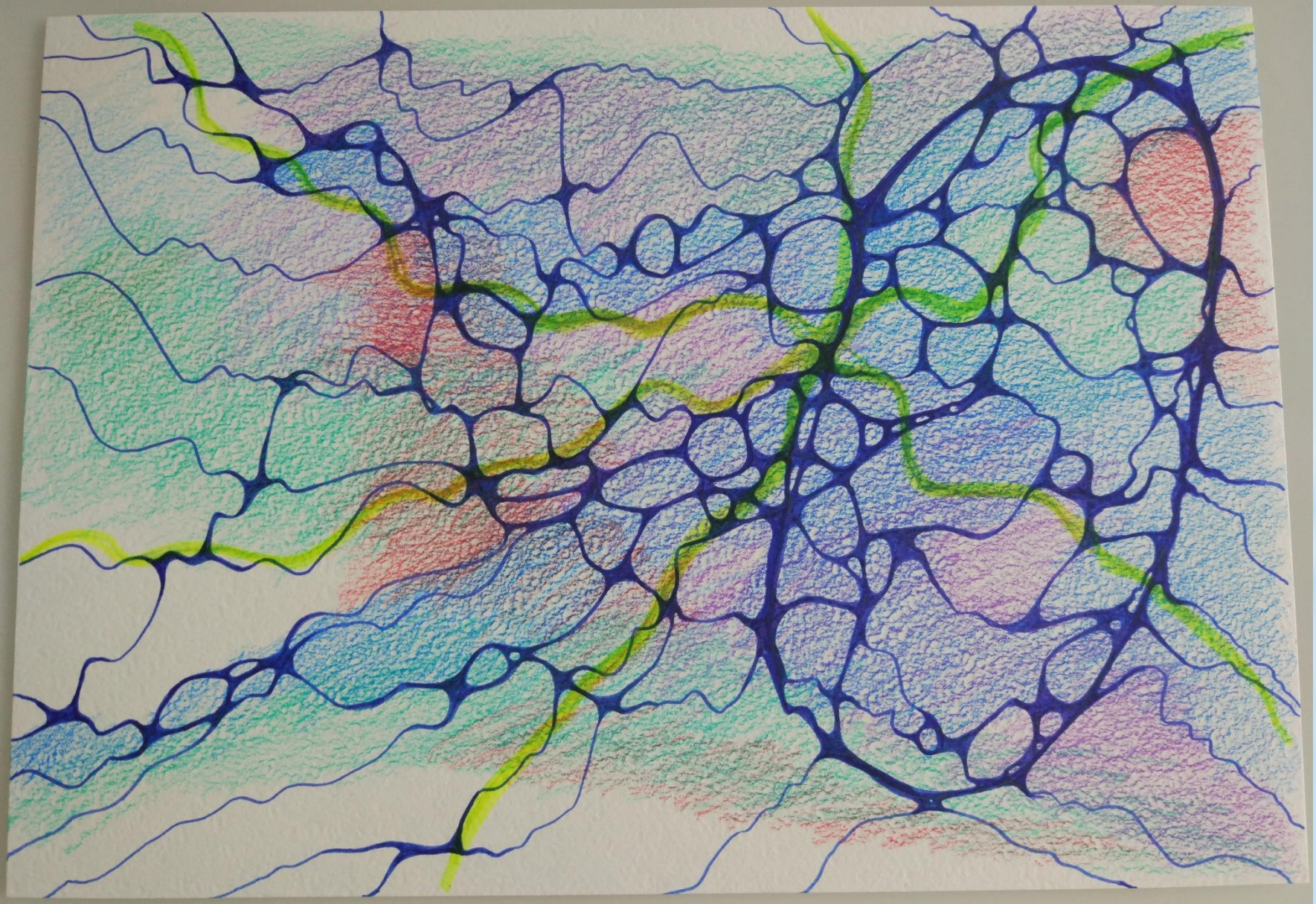
УСТАНОВКА ДЛЯ ПОДСОЗНАНИЯ

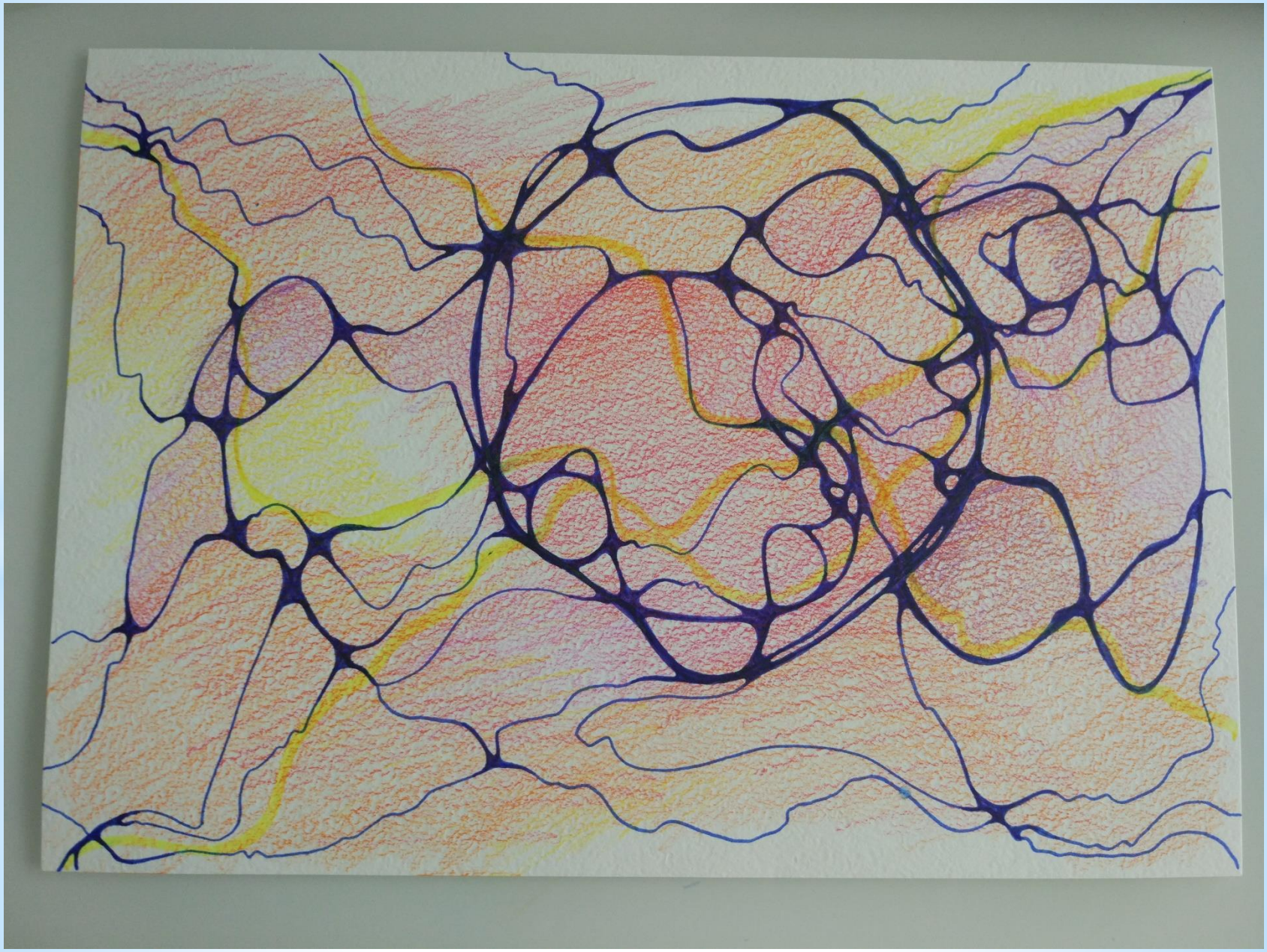
В ближайшее время Я легко нахожу и реализую ту деятельность, которая приносит мне **удовлетворение**

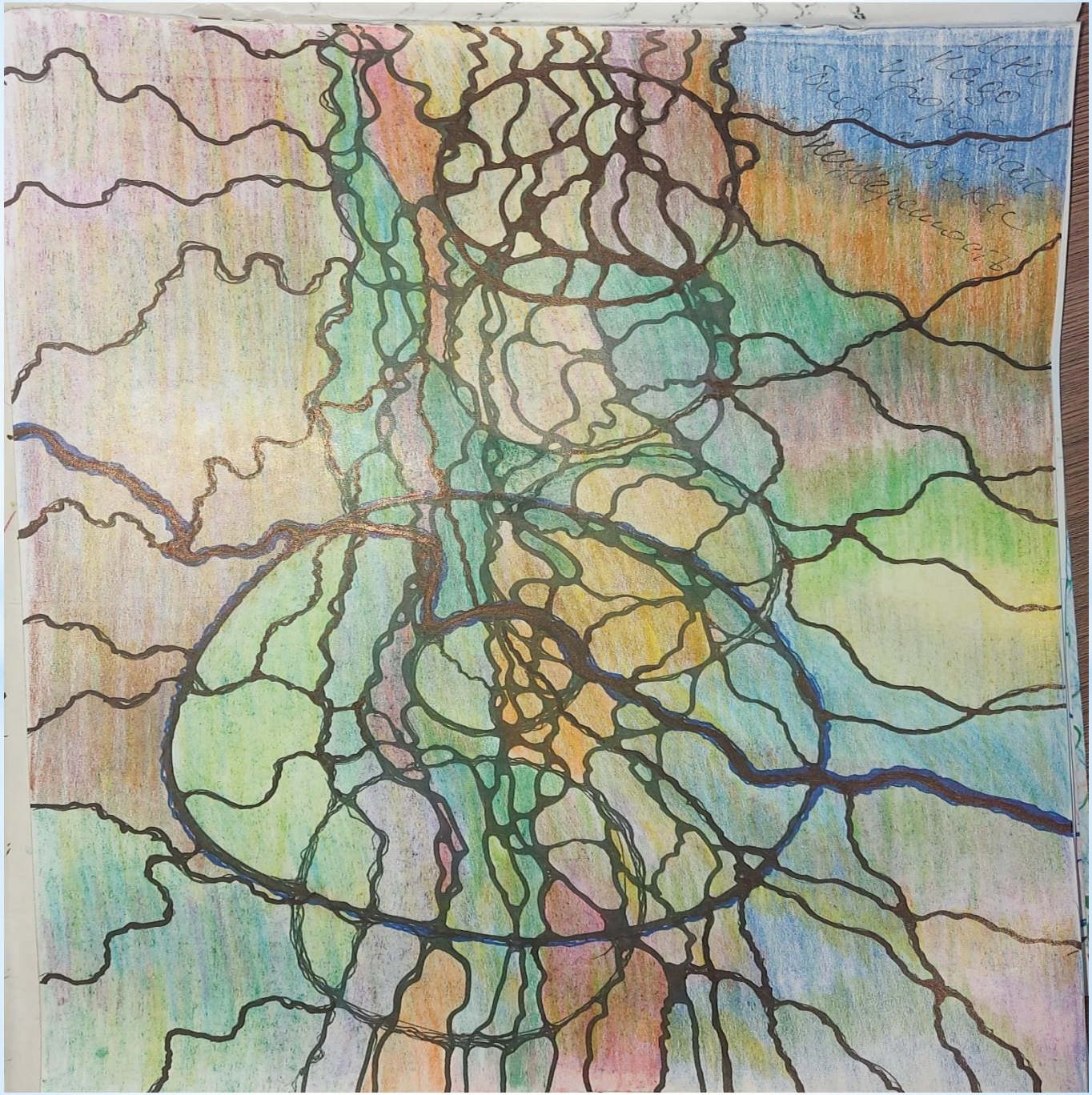
растущий доход от …. в месяц

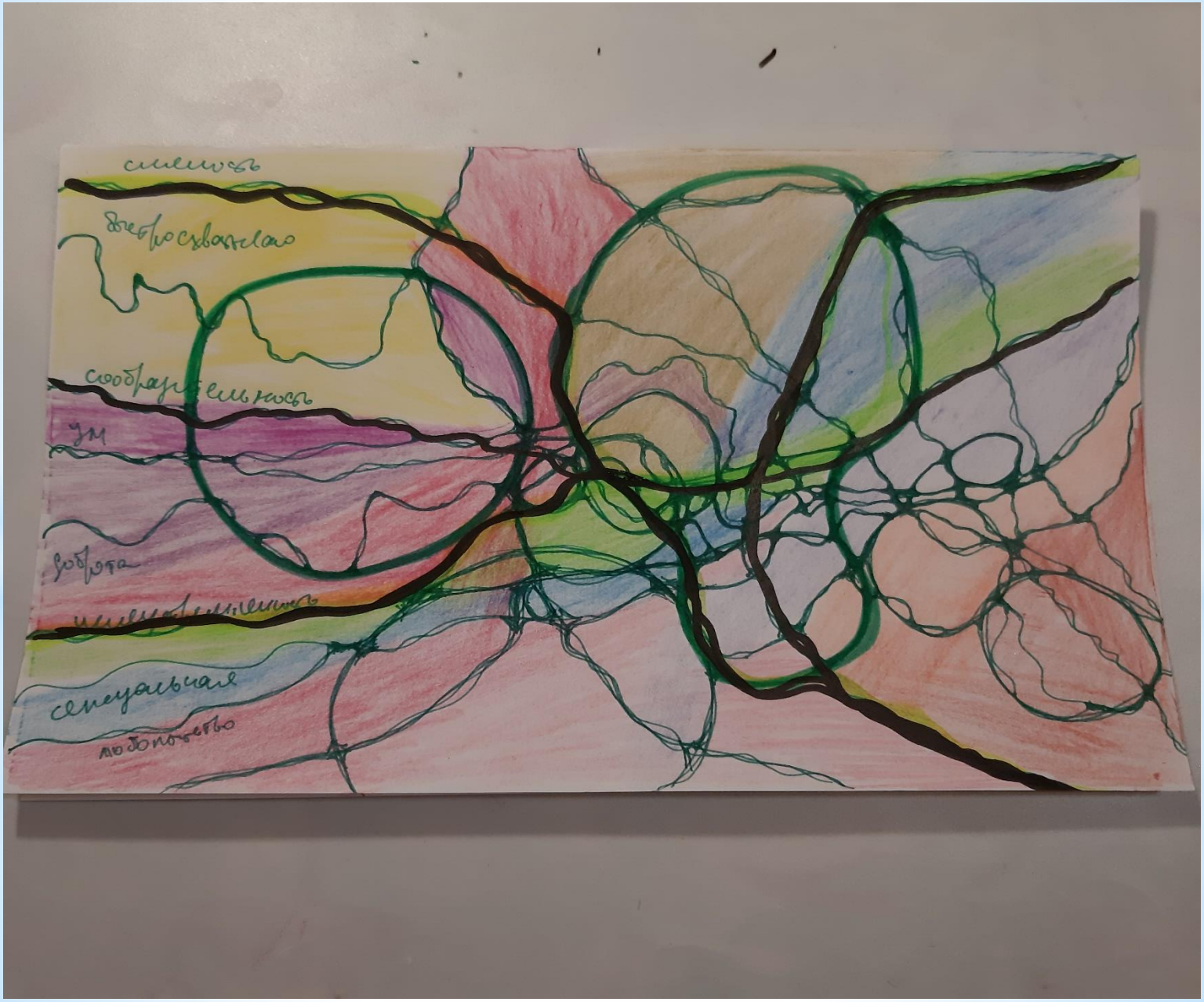
Дополнения (их можно и нужно уточнять и конкретизировать

- Связан с путешествиями
- С общением с людьми
- С развитием творческих способностей
- ----------
- ----------

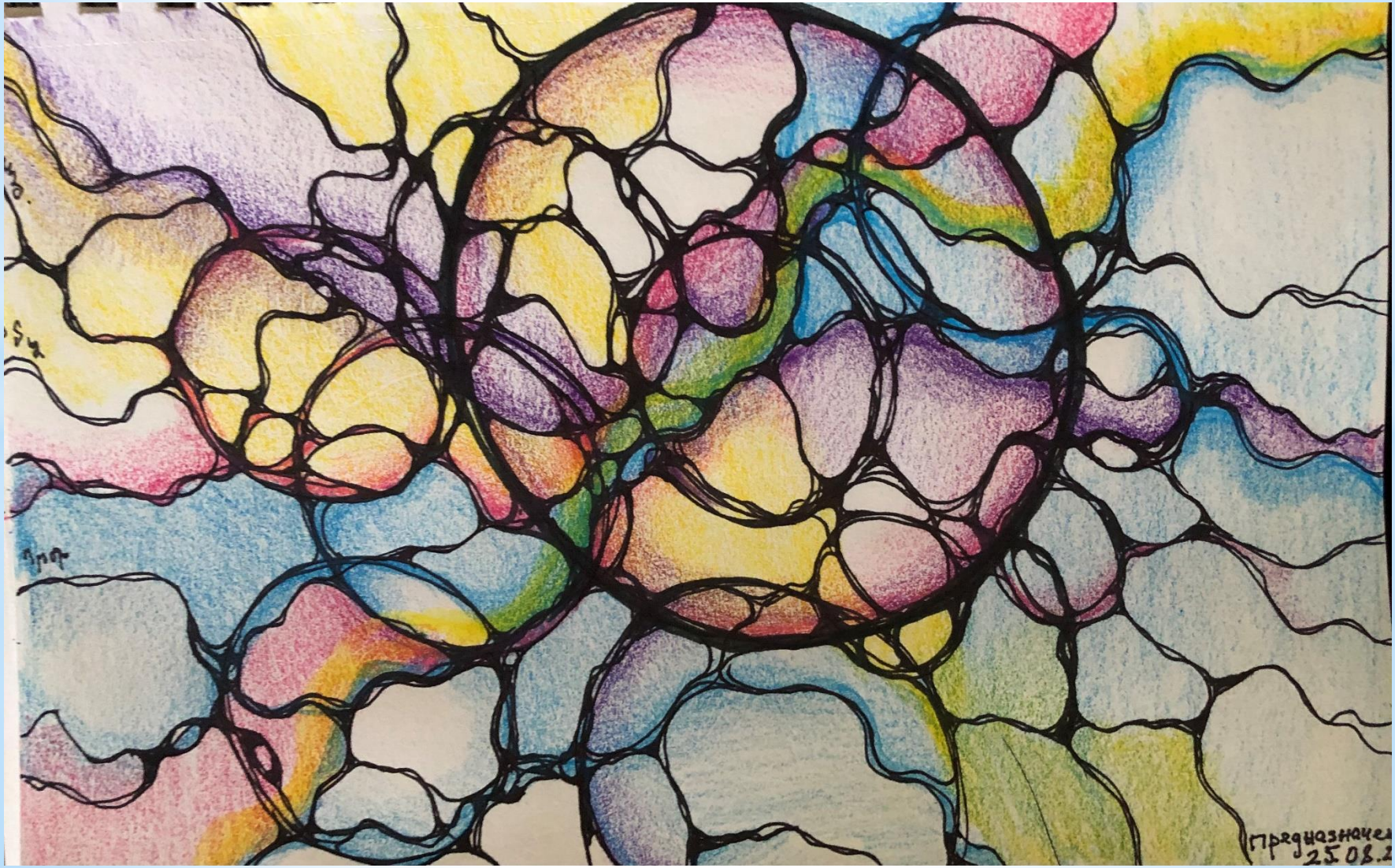


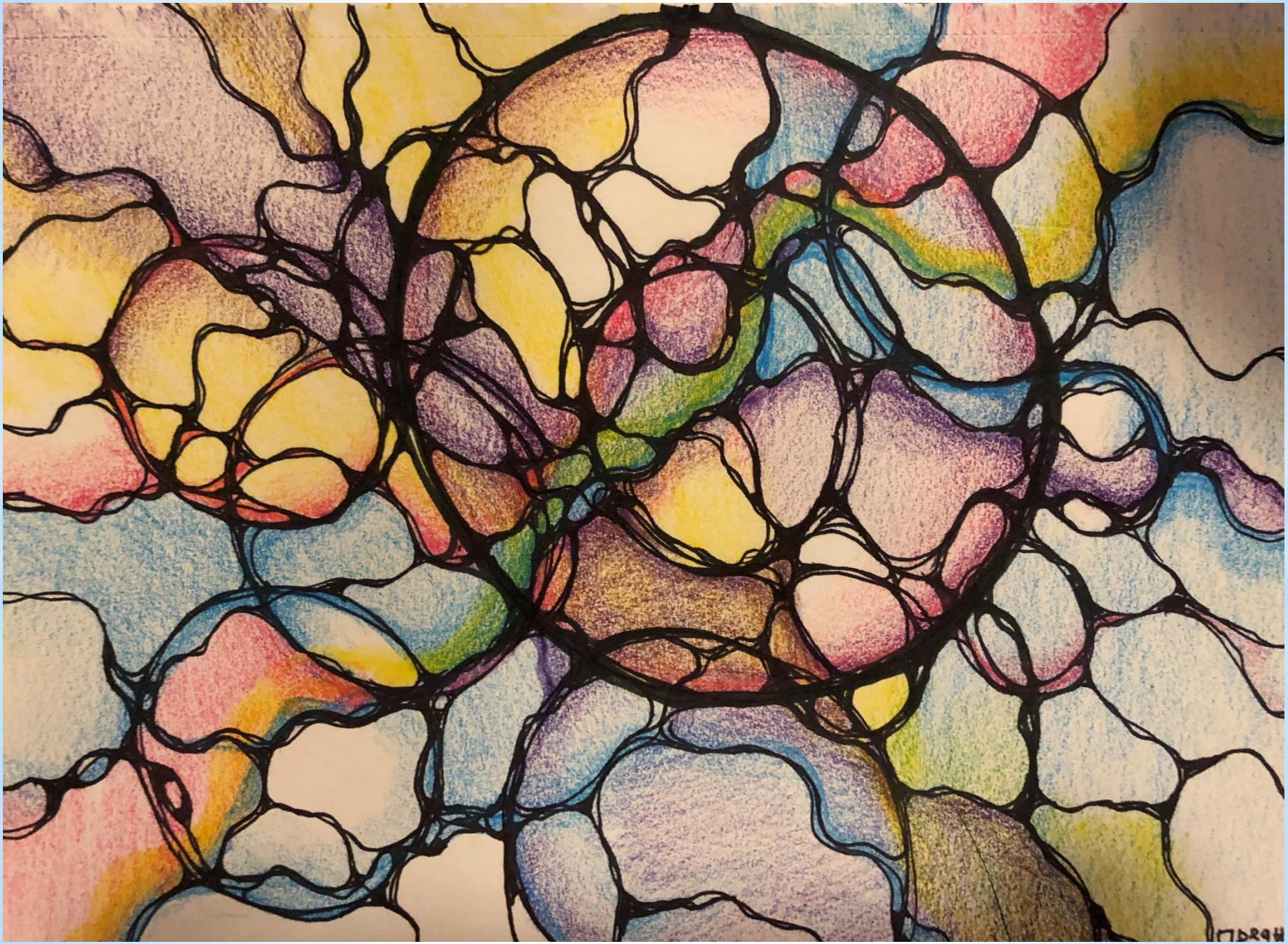





сообразительность
ум
доброта
сексуальная
любопытство

Деятельность, которая приносит мне удовлетворение





Утренние страницы
Вопрос к Подсознанию

1. Чем мне стоит заниматься , чтобы получать наибольшее удовлетворение?

В чем мое предназначение?

2. В чем мои склонности и способности?
3. Как я могу их реализовать?
4. Какие мои мечты , о которых я забыл/а
5. Чем любил заниматься в детстве?

В течении 15 минут записывать все мысли

Отдел неявных программ подсознания

Данные об информационной матрице , где хранится информация о ЗОНЕ ОПТИМАЛЬНОЙ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА

Мои жизненные ценности

Базовые потребности человека

СТАБИЛЬНОСТЬ

РАЗНООБРАЗИЕ

ОТНОШЕНИЯ

ЗНАЧИМОСТЬ

ЛИЧНОСТЫЙ РОСТ

ВКЛАД В РАЗВИТИЕ ДРУГИХ

ТВОРЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

ВИДЕНИЕ СВОЕГО БУДУЩЕГО

Работа с жизненными ценностями

Смотрите таблицу ценностей

Выбрать 5 основных жизненных ценностей

Медитация
«Разговор со своими жизненными ценностями»

ТЕХНИКА «СТАКАН ВОДЫ»

Вечером:

Здесь находит вся **информация** о том, чем мне стоит заниматься , чтобы получать наибольшее удовлетворение и выполнять свое Предназначение?

Утром:

Здесь находятся **ответы** на вопрос о том, чем мне стоит заниматься , чтобы получать наибольшее удовлетворение и выполнять свое Предназначение?

Домашнее задание - 4

1. Вести диалог со своим подсознанием

Утренние страницы

1 раз сделать технику «Стакан воды»:

Вопросы:

Чем мне стоит заниматься, чтобы получать наибольшее удовлетворение от жизни в ближайшие 2 – 3 года

2. Сделать медитацию Разговор со своими ценностями
3. Записать : список своих жизненных ценностей 4-5 .

Домашнее задание

1. **Каждый вечер** задавать вопросы своему Подсознанию отдел Неявных программ:

Чем мне стоит заниматься , чтобы получать наибольшее удовлетворение?

В чем **мое ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ**?

2. Записывать свои сны.

- РФП Предназначения
- Запись утренних страниц – 15 мин

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