



ЦЕНТР ПОЗИТИВНОЙ
ПСИХОЛОГИИ
АЛЕКСАНДРА СВИЯША
РАЗУМНЫЙ ПУТЬ

ПУТЬ ИСПОЛНЕНИЯ ЖЕЛАНИЙ

ВЕБИНАР-ПРАКТИКУМ

ТРЕНЕР **МАРИЯ РАЗБАШ**

занятие 5

ЦИТАТА ДНЯ

У мудреца спросили «Долго ли ждать перемен к лучшему?».

«Если ждать – то долго», - ответил старец.

Программа осознанной самотрансформации личности

2 Шаг

Меняем свои убеждения

- 1) Выявляем свои негативные убеждения
- 2) Создаем позитивные установки
- 3) Загружаем позитивные установки в подсознание

ИСТОЧНИКИ НЕГАТИВНЫХ ПРОГРАММ

- ▶ Младенчество
- ▶ Детство и общение с родителями
- ▶ Личный опыт
- ▶ Авторитетное окружение
- ▶ Влияние социума (СМИ, астрологи, гадания и прочее)

Как выявлять свои негативные убеждения

- ▶ Припомнить все те мысли, которые порождают у вас нерадостные переживания. *И сразу записать!*
- ▶ Проанализировать убеждения, записанные в развернутой формуле прощения
- ▶ Запросить из Отдела Готовых Решений Подсознания (в Диалоге с Подсознанием)

2 шаг технологии осознанной самотрансформации личности

Проанализировать свои
мысли:

- ▶ О себе
- ▶ Своих способностях
- ▶ Умении достигать цели

АКТИВИЗИРУЕМ РЕСУРСЫ ДЛЯ ИСПОЛНЕНИЯ ЖЕЛАНИЙ

- ▶ Активизируем ресурсы подсознания для реализации желаний

ЗАДАНИЕ

1. РФП себя за не реализацию желаний
2. Записываем **негативные программы** и установки по поводу своих желаний
3. Медитация «Энергия исполнения желаний»

Ежедневные задания

1. Утром Записывать свое желание в Ежедневнике
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