



10 Вопросов меняющих Жизнь

Памятка-вдохновение на пути к своим Мечтам



Рекомендации по работе с Памяткой

В Памятке Вы найдете **10 важных вопросов себе на каждый день**, что будут помогать вам помнить о своих приоритетах, важных целях и идти вперед к своим Мечтам каждый день пусть даже небольшими шагами.

Распечатайте ее и держите перед глазами. Она будет мотивировать вас **идти к своим Мечтам каждый день и никогда не сдаваться.**

В течение дня посматривайте периодически на эти вопросы, что помогут вам **сохранять осознанность и держать в фокусе самое главное для вас.**



10 Вопросов меняющих Жизнь

1. Делаю ли я сейчас то, что хочу делать?
2. Насколько то, что я делаю сейчас, приближает к моим целям?
3. Будет ли важно то, что я делаю сейчас, через год / 5 / 10 лет?
4. Делал(а) бы я то, что я сейчас делаю, если бы я знал(а), что мне осталось жить всего 1 неделю / месяц / год?
5. Что я могу начать делать по-другому уже сейчас?
6. Что мне стоит добавить в свою жизнь уже сегодня, чтобы сделать ее более наполненной, значимой и счастливой?
7. Что я могу сделать, чтобы почувствовать себя счастливым(вой) прямо сейчас?
8. Что я могу сделать, чтобы наполниться энергией и вдохновением?

В конце дня запишите в специальную тетрадь или свой ежедневник ответы на следующие вопросы:

9. **Что я сегодня сделал(а) хорошо?**
Мои лучшие достижения и успехи за день.
10. **За что я благодарен(на) сегодня в своей жизни?**
Минимум 5 пунктов.

Дополнительно рекомендуемые практические материалы

Мощные Медитативные Практики каждый день поддержат ваше внутреннее состояние, помогут освободиться от негатива, наполниться энергией и вдохновиться на лучшее:

- ▶ [Практики меняющие жизнь для Тела и Духа](#)

Практика «Мой День из Будущего» поможет вам описать ваш Идеальный День – День из будущего, когда вы уже живете жизнью, которую хотите вести:

- ▶ [Практика «Мой День из будущего»](#)

Как начать Новый год с чистого листа? 5 Шагов + Рекомендованные Практики:

- ▶ [5 Практических Шагов перед началом нового жизненного цикла](#)

Узнайте 5 основных критериев, важных для достижения любой цели и получите работающую методику - как формулировать цели, чтобы они стали реальными и вдохновляли. Также вы получите **разбор кейса постановки денежной цели:**

- ▶ [Критерии цели. Как правильно ставить и достигать свои цели?](#)

Периодически полезно поразмышлять о своих приоритетах и ценностях в жизни. Ваши приоритеты — важное послание миру о том, кто вы и почему вы такой (такая). В этом вам поможет наша Практика:

- ▶ [Определите свои Приоритеты и Ценности](#)

Вопросы для самоопределения

Проанализируйте и найдите ответы для себя:

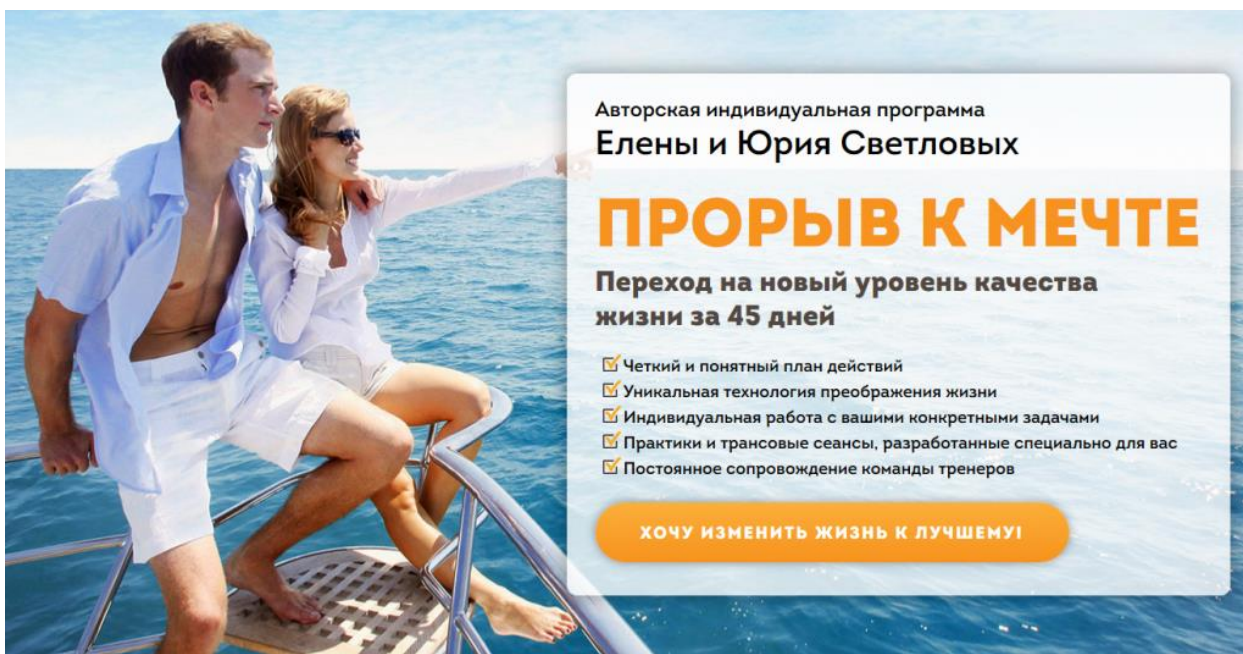
- Что вдохновляет вас, приносит радость и удовольствие?
- От чего вы наполняетесь энергией и силами?
- Что мотивирует вас меняться и развиваться?

Как вам идея совершить мощный Прорыв и выйти на новый уровень качества жизни?

Приходите в индивидуальную Программу «Прорыв к Мечте»!

Предлагаем вам пройти путь к вашей Мечте вместе с нами, с нашей помощью и поддержкой в авторской индивидуальной Программе «Прорыв к Мечте». Всего за 45 дней вы сможете перейти на новый уровень качества жизни и начать жить той полной жизнью, как всегда мечтали.

[Подробности о Программе узнайте здесь >>>](#)



Авторская индивидуальная программа
Елены и Юрия Светловых

ПРОРЫВ К МЕЧТЕ

Переход на новый уровень качества жизни за 45 дней

- ✓ Четкий и понятный план действий
- ✓ Уникальная технология преобразования жизни
- ✓ Индивидуальная работа с вашими конкретными задачами
- ✓ Практики и трансовые сеансы, разработанные специально для вас
- ✓ Постоянное сопровождение команды тренеров

ХОЧУ ИЗМЕНИТЬ ЖИЗНЬ К ЛУЧШЕМУ!

Работа индивидуальная и глубокая - мы работаем на глубинных уровнях и убираем ваши ограничения и внутренние барьеры на пути к Мечтам.

Если это актуально для вас, спешите записаться на участие.

**Индивидуальная Программа
Прорыв к Мечте ➔**

По всем возникающим вопросам пишите на нашу почту support@shinylife.ru. Будем рады помочь Вам и ответить на ваши вопросы.



[Каталог наших лучших Практик и Тренингов](#)

Лучшие Практики ☯

Программы и Тренинги 📌

P.S. Используйте эту Памятку каждый день и наблюдайте за изменениями в себе и своей жизни. Уверены, что они будут вдохновлять вас.

А мы будем рядом с вами, чтобы поддержать и обеспечить вас полезными инструментами и практиками для вашего развития, счастья и благополучия!

Используйте наши полезные материалы на [Блоге](#), обращайтесь за индивидуальной работой для [Прорыва к своей Мечте](#) и практикуйте наши [Медитативные Практики, меняющие жизнь](#), чтобы достичь новых высот в своей жизни в Новом году!

Успехов вам, всех Благ и всего самого наилучшего! ♡♡