

Мій
УСПІШНИЙ РІК


Купити книгу на сайті kniga.biz.ua >>>

Вітаю тебе, красуне!

Дякую, що обрала для себе саме цей щоденник.

Упродовж 18 років я вивчаю історії людей, які створили себе самі.

Черпаю від них знання, мотивацію і натхнення.

Тому точно знаю, що найважливішим у досягненні успіху є усвідомлення того, що для кожного він свій.

УСПІХ — це не лише фінансова незалежність чи керівна посада.

Хтось знаходить його, написавши свою чергову картину, а інший – відвідавши країну, про яку давно мріяв. А хтось – створивши міцну сім'ю, де багато дітей.

Для когось успіх – визнання його діяльності, для когось – спортивні досягнення, для когось – потрапити на обкладинку журналу, а для іншого – провести більше часу з сім'єю чи оновити стосунки з близькою людиною і ще раз у неї закохатися.

І це все – про успіх!

І це все – про рух уперед і зміни, що відбуваються у твоєму житті!

Якого дня ти б не подружилася з цим щоденником, нехай він стане для тебе поштовхом до якісних змін.

З повагою
Людмила Муринська



Цей щоденник стане твоїм політником у природі ж трьох місяців

- I** Уранці розгорни його і прочитай цитату успішної людини. Цей вислів є на кожній сторінці.
- II** Нехай для тебе ця фраза стане гаслом дня. Запам'ятай її, відчуй її, проживи її.
- III** Також тут ти знайдеш багато вправ і завдань. Виконуючи їх, ти з кожним кроком ставатимеш успішнішою. Я тобі це обіцяю, бо й сама пройшла цей шлях, і тому об'єднала тут усе те, що допомогло мені й наповнило мене. Тому, впевнена, що й тебе надихнуть ці вправи на нові звершення, нові етапи, на підкорення нових вершин.
- IV** Наприкінці кожного дня є місце подяки собі. Ти щоденно маєш дякувати собі!
- V** Будь вдячна собі і побачиш, наскільки ти цінна. Ти побачиш, які важливі справи робиш. Ти побачиш, що є потрібною, важливою.
- VI** Роби якомога частіше те, що приносить задоволення саме тобі.
- VII** Пам'ятай про щоденні 30 хвилин для себе,
ЛИШЕ ДЛЯ СЕБЕ.
- VIII** Дякуй собі наприкінці дня за те, що присвятила собі ці
30 хвилин СВОГО ЖИТТЯ.
- IX** Також цю подяку щодня записуй у свій щоденник. Так виробиш собі чудову звичку —
БУТИ УСПІШНОЮ ЩОДНЯ! ♥

Завдання 1

Займиш за сфери ми життя, якими був
твій попередній рік

1. Стосунки (кохання, сім'я, діти, спільний час)

2. Тіло (здоров'я, сон, спорт, краса, стиль)

3. Робота (бізнес, освіта, навчання, гроші, покупки, нові проекти)

4. Душа (Віра, підтримка, благодійність, покликання, місія)

5. Відпочинок (розваги, подорожі, улюбленія)

Чи все тебе влаштовує?

Чи є рівновага між усіма сферами?

Можливо, якійсь сфері життя ти приділяєш більше часу,
а на іншу не зважаєш?

На яку сферу життя тобі варто звернути більше уваги?

Дата _____

*Усе, що потрібно для досягнення
моїх цілей, уже є в мені.*

Луїза Гей
