



## Чек-лист саморазвития

Выполний данные пункты 60 дней и твоя жизнь изменится в лучшую сторону

- 1.Читай каждый день по 1 часу
- 2.Медитируй
- 3.День без гаджетов и интернета
- 4.День без нытья
- 5.Расскажа, как ты любишь своих родных и близких
- 6.Запиши свою главную цель жизни
- 7.Запиши на бумаге как ты видишь свою жизнь через 10 лет
- 8.Запиши на бумаге все свои комплексы, а потом сожги
- 9.Ложись спать в 22:00
- 10.Просыпайся в 06:00

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?