



Чек-лист саморазвития

Выполняй 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. Расскажи, 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?