



## саморазвитие

Мы – рабы своих привычек. Измени свои привычки, и изменится твоя жизнь.

Роберт Кийосаки

### Духовный рост

*Духовный человек всегда чувствует ответственность за свои поступки, живет осознанно, стремится быть лучше.*

### Личностный рост

*Совершенствование показателей, отвечающих за интеллектуальную деятельность и богатство внутреннего мира, улучшение качества жизни на ментальном уровне. Достижение целей, позитивное мышление, развитие памяти и интеллекта – все это входит в понятие личностного роста.*

### Здоровье

*Работать, учиться, развиваться, любить и познавать мир можно только имея на это силы.*

### Отношения

*Ни один человек не может считать свою жизнь счастливой и гармоничной, если у него не выстроены теплые отношения с окружающими людьми.*

### Карьера

*Все люди нуждаются в том, чтобы реализовать свой потенциал в работе, приносить пользу другим и делать то-то, чем они гордятся.*

### Финансы

*Имея финансовую свободу, мы чувствуем себя спокойно и уверенно, можем позволить себе путешествовать, тратить деньги на культурное и умственное развитие, правильно питаться, обеспечивать семью, помогать родителям.*

## Яркость жизни

*Сделать свою жизнь яркой не так сложно, как кажется. Это не блажь и не роскошь – наша душа и мозг нуждаются в эмоциях, впечатлениях, радости, восторге. Это все делает нашу личность богаче, подпитывает подобно сладкому эликсиру.*

## Отказ от вредных привычек

*Многие даже не замечают, как становятся рабами вредных привычек — прилипчивые манипуляции прочно засели на подкорках, поэтому происходят автоматически. Поэтому избавиться от них на первых порах кажется практически нереальной затеей. Впрочем, нет ничего невозможного.*

## Расчёт своих сил

*Не берите на себя слишком много, не старайтесь взвалить на себя сразу весь груз. Дозируйте нагрузки на себя – увеличивая их постепенно, давая себе время на отдых .*

## Принятие собственных неудач

*Пусть неудачи будут жизненным уроком, который поможет избежать ошибок в дальнейшем.*

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

как это убрать?