



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?