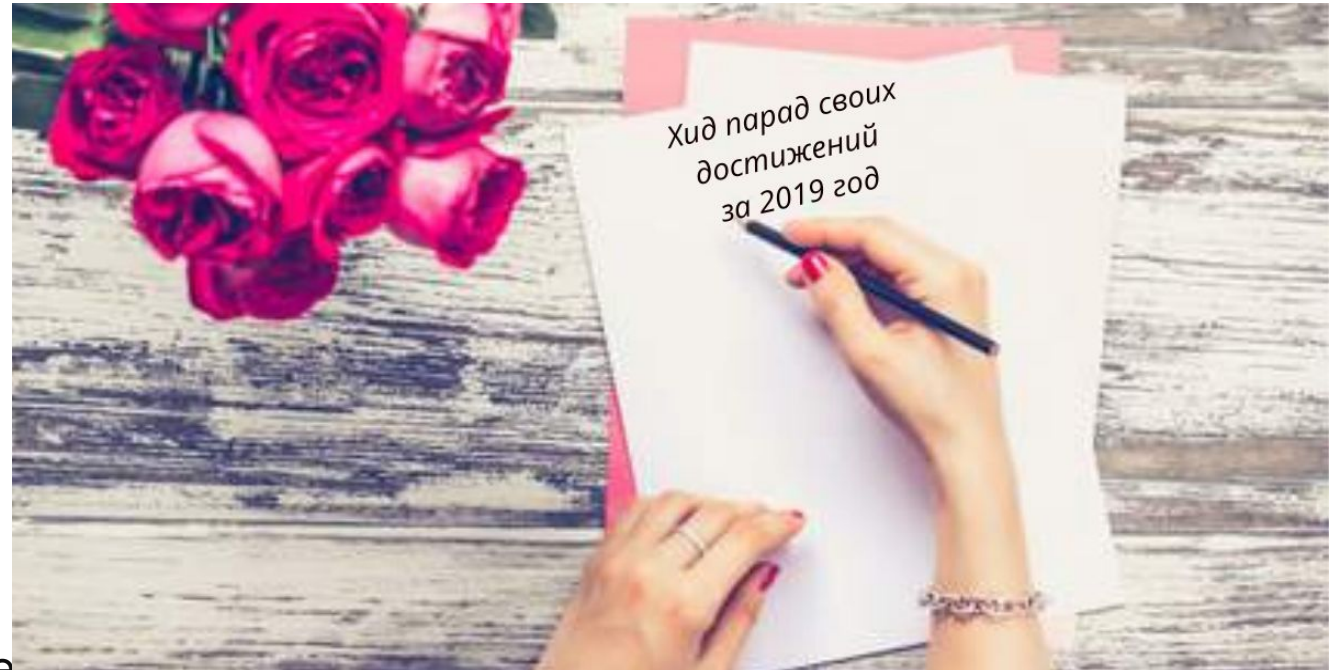


## Предзадание перед началом марафона

Судьба дает нам ровно то, на что мы нацелены. Если мы сами не строим свою жизнь, то ее строят за нас, так как нет своих целей и нет веры в себя, отсутствует мотивация, не хватает терпения, не хотим выходить из зоны комфорта. Судьба выносит свои решения как раз на основании нашего выбора, мыслей, действий, настроения. Пора стать соавтором своего будущего.

С Благодарностью исследуйте уходящий год и запишите все ответы. Устройте хит-парад достижений. Подумайте, какие события могут получить первое место в таких номинациях:

- 1 Главное вдохновение года.
- 2 Лучший момент года.
- 3 Главные люди года.
- 4 Главное событие года.
- 5 Новое дело года.
- 6 Важное достижение года.
- 7 Удовольствие года.
- 8 Личное открытие.
- 9 Благодарность года.
- 10 Вывод года.



Запишите свои ответы в тетрадке или блокноте

Составьте свои планы по 5 сферам своей жизни :

- 1 Я и моя внешность
- 2 Партнеры
- 3 Творчество и самовыражение
- 4 деньги и бизнес
- 5 Окружение

Как правильно составлять планы на новый год, чтобы они точно реализовались

- 1 найдите правильные цели*
- 2. Оцените свои планы*
- 3. Формулируйте желания в настоящем времени*
- 4. Забудьте частицу «не»*
- 5. Напишите все на бумаге*
- 6. Не включайте в план конкретных людей*
- 7. Не скупитесь на эмоции*



Чтобы проверить свое желание на адекватность, используйте формулу SMART

**S**— конкретная

**M** — измеримая

**A**— достижимая

**R** — подкреплена ресурсами

**T** — соотносимая по времени

Если ваше желание проходит по всем этим пунктам, смело записываем его в план.

Согласно принципам китайской философии различают три вида удачи (по убыванию важности): небесную, земную и человеческую.

Небесная удача - это нечто свыше, то, что определяет, родились вы богатым и красивым или бедным и больным. Это то, с какими возможностями вы родились. Изменить нельзя, а откорректировать с помощью эзотерических техник можно.

Земная удача зависит от места и условий жизни, на которые мы, естественно, можем влиять. Хорошая земная удача и является целью фэн-шуй

Человеческая удача - это то, чего мы добиваемся в жизни собственными силами. Коррекция происходит за счет эзотерических практик и самосовершенствования. Это в свою очередь помогает создавать благоприятные условия для своей жизни и влияет на остальные виды удачи, делая вас более успешными и счастливыми.

Непосредственно от взаимодействия этих трёх видов удачи зависит наше счастье жизни.



Чтобы ваша УДАЧА начала действовать в вашей жизни, необходимо ваши цели разбить НАМЕРЕНИЯМИ по пяти сферам.

Всего пять сфер, в которых вы будете писать планы:

1. Сфера ЛЮДЕЙ – а без людей у нас и УДАЧИ не видать. Ведь Удача запускает который без людей невозможен. Это формирование окружения, поддержание дружбы с людьми, поддержка других людей, эмоциональный фон, в котором мы находимся при взаимодействии с людьми.
2. Сфера САМОВЫРАЖЕНИЯ – это наше ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ. Это самая важная жить по предназначению, нахождение своей ниши.
3. Сфера ДЕНЕГ – ну тут и так все ясно. Это и умение зарабатывать, и умение удержать деньги, но самое большое умение здесь – умение ТОРГОВАТЬ!
4. Сфера ВЛАСТИ – это не просто руководство людьми, а создание своего НОУ-ХАУ в реализации своего ПРЕДНАЗНАЧЕНИЯ. Это Окружение-Личность-Имидж-Харизма-Брэнд. Умение организовывать, делегировать, использовать инструменты управления. К сожалению, многие из вас боятся руководить людьми и многое берут на себя, тогда надо просто идти работать по найму, в сетевом и в предпринимательстве делать нечего.
5. Сфера РЕСУРСОВ – я владею очень многим, но ничто не владеет мной. Если у вас в просадке предыдущие 4 сферы, то ресурсы будут «прятаться» от вас за угол и их придется долго оттуда ждать и зазывать. Восстановите предыдущие 4 сферы и тогда ресурсы будут появляться из самых разных мест. Выражение: «Откуда они возьмутся (деньги, ресурсы)?» полностью убивает все ваши ресурсы. Забудьте его навсегда.

## Пять сфер влияния на жизнь человека



## НОВОГОДНЯЯ ЧИСТКА КВАРТИРЫ

Проводим чистку квартиру 18 декабря перед началом марафона

✿ Проводим чистку квартиры с хорошим настроением, с чувством благодарности к вашей квартире. За что квартиру благодарим? Да ведь есть за что. Она дает нам тепло, защищает от холода, жары, дождя и просто от окружающего мира. Здесь мы отдыхаем, набираемся сил. Есть, есть за что благодарить! Во время уборки Мысленно Благодарите свою квартиру, посылая ей любовь

✿ С каждого помещения в новогоднюю уборку важно выбросить 21 вещь ( это может быть лист, газета, сломанная игрушка и тд) так же выбрасываем максимально разбитую посуду.

✿ Убираем во всех углах пыль. Очень хорошо, если не просто уберем все вокруг, а подвигаем мебель, расшевелим энергию. Заставим циркулировать, наполним квартиру жизнью.

✿ Ничего лучше не очищает квартиры, чем звон колокольчика. Прислушайтесь, как меняется его голос — звон. Вначале звук какой-то глухой, постепенно звон крепчает, набирается силы и звенит по полной.



✿ Идеальное средство для мытья пола – соляной раствор. Добавили в воду для мытья соль, растворили. Расход примерно 1 кг на 50 квадратов площади. Не стоит оставлять разводы на полу. Если уж получились — можно убрать. Любая соль хороша, но, конечно, лучше крупная, морская, с большими кристаллами.

✿ НА чистую воду начитываем чит код ОМ А БИГХНЕНТА ТРИ ТА ХУМ ПХАТ 108

Этой водой или промойте еще на раз или чистым веником обрызгайте все стены вашей квартиры данной водой .

✿ Зеркала – это особая тема. Они все видели, все запомнили, не смотря на то, верим мы в это или нет. Поэтому лучше в старое, пережившее века зеркало, вообще не смотреться. Закройте, зарисуйте, все что угодно – если не сможете это зеркало убрать. А если есть возможность — замените на новое.

✿ Это о старых зеркалах был разговор, а вот свои родные нужно от негативной энергии чистить. Почти так чистим, как привыкли. Берем диск ватный, спиртовой раствор и вытираем зеркало сверху вниз и справа налево. Как бы крестом. Ватный диск забирает всю отрицательную энергию на себя. Поэтому от него сразу же нужно избавиться, даже в мусорное ведро не стоит класть. Немедленно выносим из дома.

🌟 Теперь подойдем к не менее важному месту – туалет. Правило очень простое — идеальная чистота. Да, да, так и запомнили: туалет должен быть самой чистой комнатой в доме. Все отверстия для стока жидкости, вентиляционные трубы должны просто сиять чистотой. Это на физическом плане. А чтобы очистить от негативной энергии, лучше как бы посеять соль по полу туалета. Утром соль убрать, и так сделать 3 дня подряд. Или поставить стакан с солью в туалете и ванной на 3 дня

🌟 После генеральной уборки поставьте в каждой комнате на ночь — блюдо с оливковым маслом- утром его необходимо вылить в проточную воду !

🌟 С каждого помещения в новогоднюю уборку важно выбросить 21 вещь ( это может быть лист, газета, сломанная игрушка и тд) так же выбрасываем максимально разбитую посуду.

Вот и все основные рекомендации. Нет, не все. О себе забыли. Поэтому после чистки квартиры себя стоит также почистить и, что важно, побаловать за столь полезный труд. Принять душ, 🛁 смыть весь негатив. Принять ванну с аромамаслами.

🎀 И, как положено после хорошо выполненной работы, порадовать себя и квартиру. Например, букетом цветом. Пусть пару дней постоит в красивой вазе, украсит интерьер и поднимет настроение. Только вот того, чтобы цветы завяли, допускать нельзя. Лучше заранее их вынести.







