

WELLNESS BEAUTY ACADEMY

*mysuperface*  
by ANNA DERYUGINA



МАРАФОН - ПРАЗДНИК

# ОДНА ЖИЗНЬ, ОДНА ЛЮБОВЬ

МАТЕРИАЛЫ МАРАФОНА

*Стань новой к Новому Году!*

## **ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!**

ПЕРЕД ВАМИ – ПОСЛЕДНИЙ ЭТАП НАШЕГО МАРАФОНА-ТРАНСФОРМАЦИИ

### **«ОДНА ЖИЗНЬ, ОДНА ЛЮБОВЬ!»**

На этом шаге нам нужно с вами подвести небольшой итог нашей реальности, в которой мы живем каждый день! Реальность эта относится и к нашим целям, задачам, желаниям, мыслям, и, как следствие – результату.

Давайте сделаем еще один небольшой, но важный шаг - сделаем выводы и назначим себе новый путь в Новом Году! Продуманный и результативный!

# **ОТЛИЧНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ!**

## БЛОК 5

### «ПЛАНИРУЕМ 2022!!»

Главный файл этого блока мы приложим в ваш личный кабинет, а здесь рассмотрим только его характеристики и план действий.

**4.1.** Итак, в файле несколько столбцов – нужно будет внести все задачи на будущее в таблицу и расписать все необходимые шаги и сроки (поменять квартиру, разъехаться со свекровью, пристроить детей в детский сад) - все, что сделает вашу жизнь счастливее!!

И главное – НЕ ДУМАЙТЕ О ТОМ, ЧТО «ЧТО-ТО НЕ ОСУЩЕСТВИМО, ТАК КАК НЕТ ДЕНЕГ/ВОЗМОЖНОСТЕЙ» Никогда так не исполнится желание! Ставьте задачу, ставьте срок и мечтайте об этом желании!

Далее, когда вы пройдетесь по всем вопросам, необходимо будет расставить эти задачи в порядке приоритетов – самые важные обязательно выделить и по срокам и по месту в таблице! Обращайте внимание – время настоящее – как будто ты все это уже имеешь.

ТАБЛИЦА  
«КАЛЕНДАРЬ ЗАДАЧ НА 2022»

Желание	Срок выполнения задачи	Задача	Результат
Сформулируйте конкретное желание, чтобы было понятно даже малышу	Укажите дату, когда вы должны заняться этим вопросом	Поставьте задачу - что вам нужно сделать, чтобы осуществить это желание?	
Я всегда хожу с красивой прической!		Найти салон/Выяснить цены	Я ухоженная и счастливая! Мне не нужно заботиться больше об укладке!
	10 Января	Выделить деньги на абонемент в салон, купить абонемент	
		ИЛИ	
	15 Января	Купить фен Дайсон/Стайлер	
	15 Января	Вставать на 40 минут раньше	

**4.2.** На каждое желание необходимо найти картинку, распечатать ее и убедиться, что эта картинка очень нравится вам, что это ваша истинная мечта и вам приятно все время на нее смотреть!!

**Список желаний/задач для проработки:**

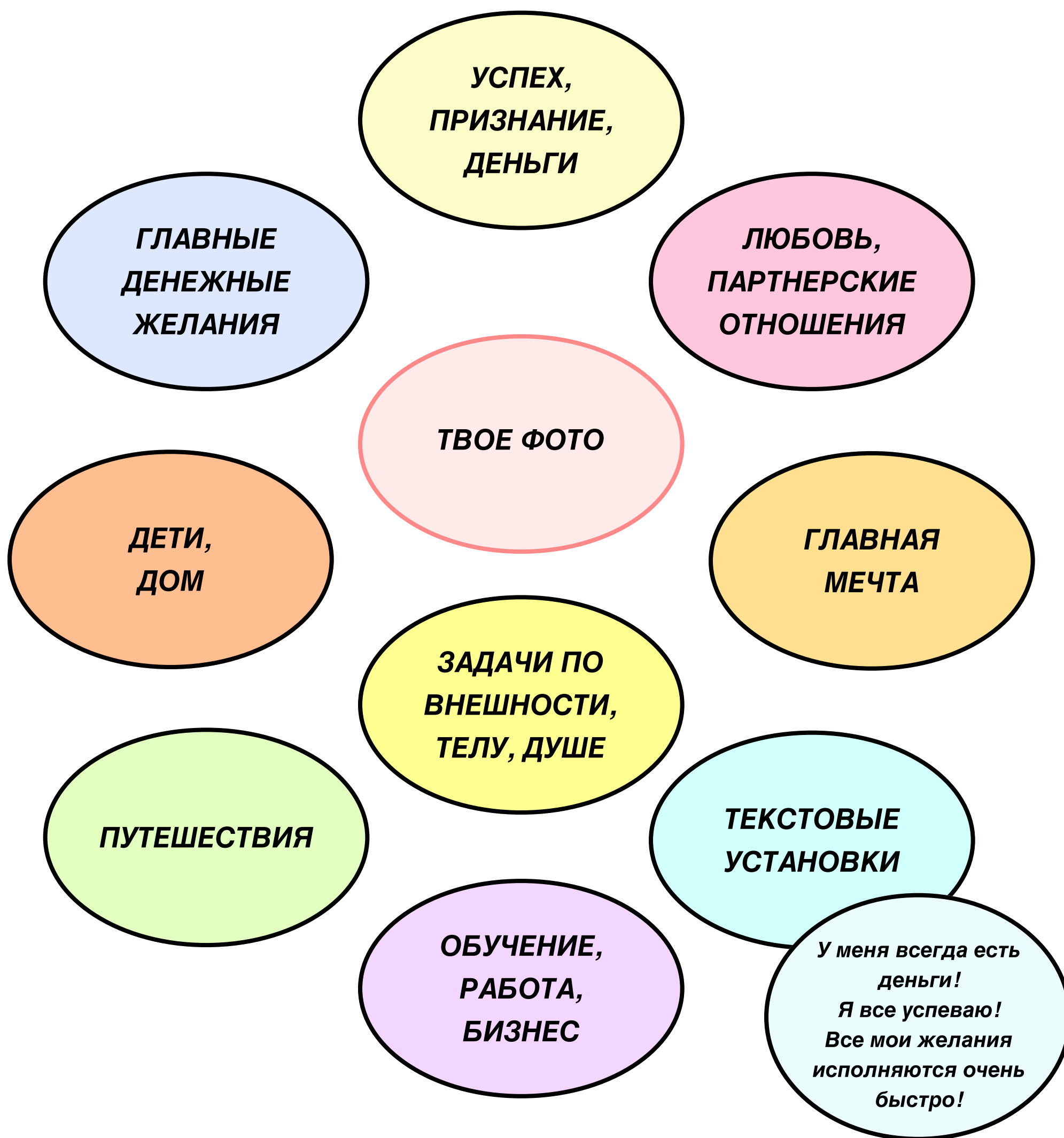
- В блоке 1 первым было задание про наши таланты – если вы поняли, что тест совпал с реальностью – ваша задача проанализировать результат и сделать вывод – менять что-то в себе, или вас все устраивает!
- В задании 2 мы выявили наши лучшие/худшие качества. если ты хочешь их проработать-записывай в таблицу! Ты можешь распечатать фото людей, которыми ты восхищаешься и повесить их на наш мудборд – поверь, это работает!! Ты всегда будешь видеть их перед собой и научишься в решении вопросов думать «как бы сделал он/она», и со временем эта уверенность пойдет на автоматизм и ты разовьешь эти качества.
- В задании 3 – «Звезда равновесия» возможно есть пробелы – они однозначно должны быть проработаны и внесены в план корректировок и задач. Ищи картинки и вноси желания, чтобы уравновесить свое «Колесо баланса».
- В 4 задании ты нашла свои истинные желания – обязательно вноси их в таблицу и подыщи нужные картинки! На всё!
- В задании 5 мы разбирали твое самопозиционирование. Это – самый объемный блок. Возьми список своих желаний и все вноси в таблицу! На всё ищи картинки!

Теперь, когда ты знаешь много тонкостей о стиле, одежде, макияже и даже квартире – тебе осталось лишь привести все процессы в порядок! Для этого раздели «слона» на кусочки и запиши каждый кусочек в таблицу: о разборе гардероба, о навыке макияжа, о том, что нужно уметь составлять образцы, а на это просто нужно выделять достаточно е количество времени! О том, что ты еще не сделала, чтобы стать своей мечтой – не записалась в спортзал, не сделала ремонт, не разобрала гардероб и так далее – всё пиши!

Теперь, когда твой список огромный и длинный, тебе нужно распределить это всё по важности и отсортировать файл по срокам – чтобы январь не был на последней странице, если он уже на носу! Это будет твой календарь на 2022 год. Каждый месяц ты должна корректировать свой календарь задач, снимать и дополнять доску исполнившимися и новыми желаниями!

Пример доски я покажу ниже – это именно моя интерпретация – именно так работает у меня! Самое главное – поставь свое лучшее фото и суперкрасивые фото! И твои глаза всегда будут там, где твои желания! А значит, там будет и твое сердце. А все, что в сердце – все исполнится в кратчайший срок. но не думай как – это не твоя забота.

## ДОСКА ЖЕЛАНИЙ



Благодарим за участие в марафоне!  
Счастливого Нового Года!