



WORLD HEALTHY LIVING
FOUNDATION

МАНИФЕСТ ОСОЗНАННОЙ ЖИЗНИ

1. Я забочусь об интеллектуальном развитии. Я активен, развиваю свое творчество. Я тренирую ум. Я приобретаю и внедряю новые знания.
2. Я забочусь о своем отдыхе. Я отделяю профессиональную сферу от личной. Я забочусь о своем сне и хорошей энергии. Я регулярно отдыхаю.
3. Я забочусь о физическом здоровье. Я физически активен. Я занимаюсь выбранным видом спорта, гуляю, занимаюсь туризмом и, таким образом, чувствую себя лучше.
4. Я забочусь о своем личном и умственном развитии. Я активно участвую в конференциях, встречах и программах развития. Я читаю. Я изучаю иностранные языки. Я применяю полученные знания на практике, что делает меня лучше, и я достигаю все больше.
5. Я забочусь о своих отношениях с другими людьми и окружающей средой, в которой я живу. Я – не одинокий остров. Я активно участвую в общественной жизни и приношу ей ценность. Я строю ценные отношения с другими людьми.
6. Я забочусь о том, что и как я ем. Я сознательно формирую свои привычки в еде. Я получаю знания о здоровом питании. Я принимаю обоснованные решения во время покупок. Я использую биологически активные добавки, которые поддерживают мое здоровье.
7. Я забочусь о своей семье. Моя семья – мое убежище. Я активно провожу с ней время. Семья для меня – источник любви, вдохновения, развития и удовлетворения.
8. Я забочусь о своих страстях. Я развиваю свои увлечения и хобби. Я активно участвую во встречах с другими энтузиастами. Я разделяю свою страсть с другими. Благодаря страсти у меня много жизненной энергии.
9. Я забочусь о позитивном отношении к жизни. К жизни я подхожу оптимистично. Жалобам я говорю твердо, НЕТ!
10. Я забочусь о популяризации активного образа жизни. Своей жизнью и отношением я пропагандирую Осознанную Жизнь, за которую я несу ответственность.