

Чек-лист самодиагностики

ПОЧЕМУ ВАМ ВСЕГДА МАЛО



10

**признаков
внутреннего голода**

Сергей Айлов

Чек-лист самодиагностики ПОЧЕМУ ВАМ ВСЕГДА МАЛО 10 признаков внутреннего голода

*<https://litres.ru/74566607>
SelfPub; 2026*

Аннотация

За многие годы я работал с тысячами людей и видел одну и ту же картину: люди искренне не понимают, почему им всегда мало, почему постоянно чего-то не хватает.

Этот практический чек-лист — зеркало. Он покажет, где находится ваша воронка и куда повёрнута стрелка вашего внимания.

ЧТО ВНУТРИ

10 признаков внутреннего голода с честным описанием, в котором вы узнаете себя или не узнаете.

Простая система подсчёта баллов и интерпретация результата.

Три первых шага, которые можно сделать прямо сегодня.

Всё просто, честно, без осуждения.

ВАЖНО

Чек-лист:

Не ставит диагноз и не заменяет работу со специалистом.

Не обещает мгновенного исцеления.

Он показывает, где вы находитесь.

А что делать дальше — это уже следующий шаг, и он тоже возможен.

Дело за малым: сделать первый шаг.

Скачайте чек-лист сейчас. Пятнадцать минут честности с собой, и вы уже не сможете смотреть на свою жизнь по-прежнему.

Содержание

Глава	5
Конец ознакомительного фрагмента.	7

Чек-лист самодиагностики ПОЧЕМУ ВАМ ВСЕГДА МАЛО 10 признаков внутреннего голода

Глава

ПОЧЕМУ ВАМ ВСЕГДА МАЛО?

10 признаков внутреннего голода

•

Чек-лист самодиагностики

~•~

ВСТУПЛЕНИЕ

За тридцать лет работы с тысячами людей я заметил одну закономерность.

Многим людям постоянно чего-то не хватает.

Не хватает денег, любви, внимания, признания, сил, времени.

Причём дело не в том, чего именно не хватает.

Дело в самом ощущении, которое живёт внутри и не уходит.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.