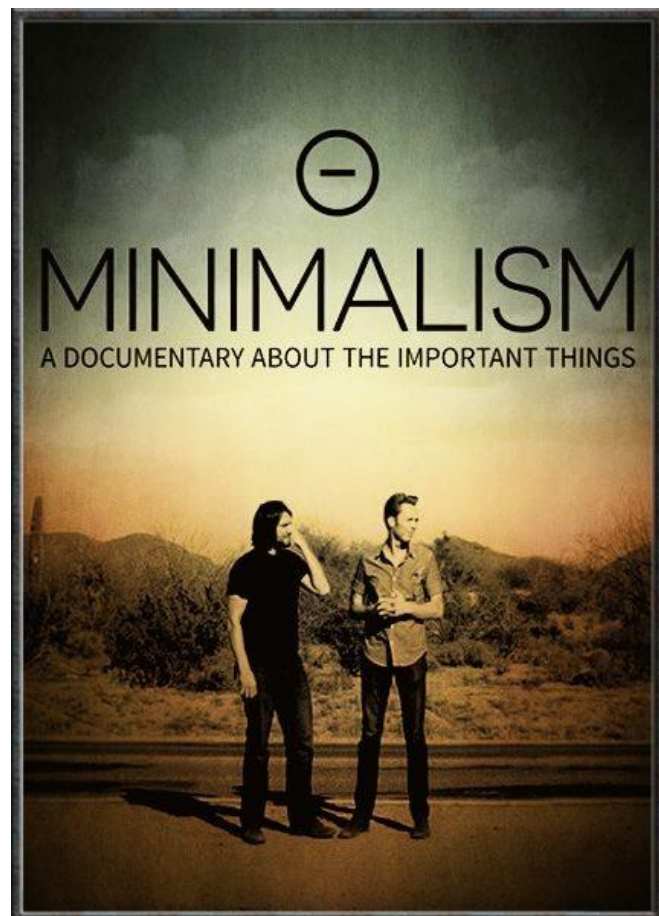
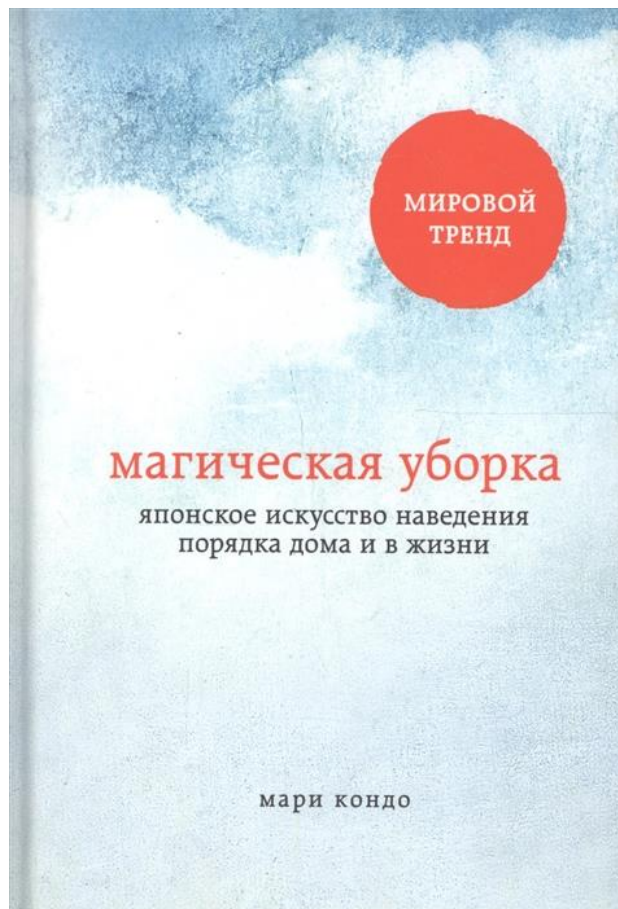


МИНИМАЛИЗМ КАК СТИЛЬ ЖИЗНИ

Студентки 3 курса географического факультета
Сизова Алина и Ефименко Анастасия



Джошуа Филдс Милберн и
Райан Никодемус



Строгий образ жизни с
отказом от жизненных
удовольствий

• АСКЕТИЗМ ≠ МИНИМАЛИЗМ

Осознанная жизнь, где
уделяется время
самому важному,
вашим приоритетам

Причинно-следственные связи



Суть

- Меньше вещей, меньше хлама, стресса и долгов – жизнь с меньшим отвлечением
- Чувство пустоты, заполнение пустоты вещами, но вещи расширяют пустоту
- Стараемся купить свой путь счастья
- Приносить пользу – это основной человеческий инстинкт
- настоящие приоритеты – жизненная цель (здоровье, отношения, рост, развитие, сотрудничество)

Вывод

- Превосходство качества над количеством
(правило 80/20)
- Осознать приоритеты в жизни и посвящать им своё время

(это динамичный путь)

* * *