

**А СКОЛЬКО СТОИТ
ТВОЕ СЛОВО?**

Ставим цель

Шаг 1. Четко сформулируйте свое Намерение.

Шаг 2. Представьте свое Намерение.

Шаг 3. Определите необходимые ресурсы.

Шаг 4. Определите первые шаги и начинайте действовать


Шаг 5. Позаботьтесь о чистоте своих помыслов.

Как я узнаю о том, что получил желаемый результат?


Что увижу, услышу или почувствую, когда достигну своей цели?

Каковы будут мое поведение, мысли и чувства, когда я достигну желаемого состояния?

**Желаемое
состояние**

(Ваше намерение,
результат, к 

Как я узнаю, что получил
желаемый результат?

Что увижу, услышу,
почувствую, когда достигну 



**Настоящее
состояние**

1. Осуществление вашего Намерения должно быть благоприятно для вас и окружающего мира.

2. Помните, что ваше Намерение - это не то, что вы хотите получить в ущерб другим.

3. То, что вы получите в результате, должно улучшить не только вашу жизнь, но и жизнь других людей.

1. Задекларируйте свое намерение.
2. Назначьте цену слова (что будет, если вы не выполните цель) в декларации.
3. Найдите человека, которому отдадите декларацию.
4. Заявите всем о своем намерении.

▣ Выполняйте вашу цель так, как если бы это вам – кровь из носа но нужно! Если бы вам очень нужно было в туалет, то вы не стали бы оправдываться следующим образом:

- ▣ не было времени сходить в туалет.
- ▣ я был слишком уставший.
- ▣ потерял надежду. Я не верил, что смогу добежать.
- ▣ ну конечно. Он-то добежал. У него ноги вон какие длинные.
- ▣ я слишком глуп, чтобы это сделать.
- ▣ я уже 5 раз описывался. У меня никогда не получится добежать.
- ▣ это явно не для меня.
- ▣ я постучался в туалет — но мне не открыли.
- ▣ мне не хватило мотивации.
- ▣ у меня была депрессия.
- ▣ у меня нет стартового капитала!
- ▣ решил ходить в туалет с понедельника.