

RANO	Nie	Pon	Wto	Śro	Czw	Pią	Sob
Co jest moją INTENCJĄ ?							
ROZWIĄZANIE							
Czego chcę uniknąć?							
3 x WDECH i DZIĘKUJĘ za okoliczności: i mój błąd: Przez to widzę prawdę, uczę się czegoś nowego.							
WIECZÓR	Od czego dziś zaczniesz podsumowanie, od błędu, czy sukcesu?						
FAKTY - Co uważam za mój Błąd? (Jakie moje zachowanie smuci mnie, stresuje, złości?)							
SKUTKI:							
WDECH + Może zdażyć się najlepszym?							
INTENCJA Jak chcę, by było?							
Dlaczego, tak chcę?							
ROZWIĄZANIE Co jutro planuję zrobić inaczej niż do tej pory?							
Co ten błąd chce mi pokazać, co chce mnie nauczyć?							
Byłem ogrodnikiem W+FIR+D ? Dla kogo?							
Co uważam za sukces?							