

RANO	Nie	Pon	Wto	Śro	Czw	Pią	Sob
Co jest moją INTENCJĄ ?							
ROZWIĄZANIE na dziś:							
Czego chcę uniknąć ?							
3 x WDECH DZIĘKUJĘ za: 1) Trudne okoliczności: ... 2) Za 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?)							
1) Jakie były skutki : ... 2) Jak się czułem : ...							
1) WDECH 2) Może zdarzyć się najlepszym?							
INTENCJA Jak chcesz, by było?							
Dlaczego tak chcę?							
ROZWIĄZANIE Co jutro planuję zrobić inaczej niż do tej pory?							
Co ten błąd chce: 1) mi pokazać, 2) mnie nauczyć?							
1) Byłem ogrodnikiem W+FIR+D? 2) Dla kogo?							
1) Co uważam za sukces? 2) Za co DZIĘKUJĘ ?							