



90denní vize mého posunu

Kam se chci posunout? Jak to tam vypadá? Popiš to co nejvíc do detailu.

Proč se tam chci dostat? Co je pro mě ten pravý důvod?

Zavři oči, prodýchej se, uvědom si, že jsi tady a teď. Prociť si, jaké to je, až se posuneš na místo, kam toužíš. Zůstaň s tím pocitem.

Jaké činnosti potřebuju dělat, abych se tam dostal/a?

Jaké činnosti potřebuju nedělat, abych se tam dostal/a?