

Úvodní video do práce s AFIRMACEMI...

Vyjasněte si vaše záměry:

Je důležité začít tuto práci s tím, že více, co chcete pomocí tohoto programu dosáhnout.

Na začátek je výborné zasadit semínka vašich záměrů a vyjasnit si, co chcete.

Napište si, jaké jsou vaše záměry na začátku Vedených meditací AFIRMACÍ. V co doufáte, že vám to do vašeho života přinese. Jaké jsou ty vaše unikátní očekávání a záměry.

Nezapomeňte se k nim v průběhu tohoto programu vrátit a připomenout. Pomůže vám to udržet váš správný směr.

Nyní se pojdme asociovat vaši změnu s pozitivní energií. Často máme strach a podvědomě bráníme své vlastní změně, protože se bojíme, co všechno negativního by nám to mohlo přinést.

V první řadě identifikujeme z čeho máte strach. Aby strach nebyl nevědomý. Tím, že si to uvědomíte, tak můžete vědět, čemu čelíte a pak se s tím lépe vypořádat.

Bojíme se závidět, pomluv, kritiky, ztráty přátel, jistoty atd...

1) Čeho se bojím, když ze změním a budu jinak přemýšlet, jinak se chovat a žít více v HOJNOSTI? Co ztratím, co bude jinak? Kdo by na to reagoval negativně a jak se s tím vypořádám?

**2) Koho by to POZITIVNĚ ovlivnilo, kdybych se změnil a žil více v HOJNOSTI?
Kdo všechno by byl mojí změnou ovlivněn?**

Hojností je myšleno ve více oblastech. Více lásky, zdraví, radosti, štěstí, úspěchu, peněz atd...