

# Сериал «Притяжение» День 3



# 1 шаг

- **Мысленно определите что вам нужно сейчас.**
- Здесь недостаточно сказать себе: «*Хочу счастливую семью*», или «*Хочу найти мужчину*» или «*Вернуть мужа*»
- **Будьте предельно точны и конкретны.**

# Продолжение

- Если это «счастливая семья» то по каким признакам вы поймете, что она счастливая.
- Если «найти мужчину» то какого конкретно. Что в нем должно быть, а с какими чертами характера вы не смиритесь никогда.
- Если это «вернуть мужа» то что это будут за отношения после воссоединения с ним. Это очень важно, т.к. ваш мозг не поймет неконкретной задачи

## Шаг 2

- **Точно определите что вы готовы отдать взамен.**
- Обычно пишут: *«у нас счастливая семья, муж делает для меня то-то и то-то».*
- Но не бывает ничего бесплатного, за все нужно платить.
- Единственный способ получить желаемое – это большой личный вклад в ваши отношения

# Продолжение

- Например, *«Я готова похудеть/избавиться от привычки обижаться/стать более терпимой/научиться хвалить мужа/научиться вызывать эмоции, а не просто быть домохозяйкой»»* И ТП



## Шаг 3

- Из предыдущего пункта у вас логично «вытечет» примерный план что нужно сделать.
- Например: «Мне нужно научиться вызывать нужные эмоции. Что сделать: пройти такой-то тренинг, прочесть такую-то книгу» и т.п.



## Шаг 4

- Наметьте точный срок, к которому вы хотите все это иметь. Срок должен быть реальным и обозримым



# Шаг 5

- **Самое главное** – запишите все это на бумаге.
- Именно на бумаге.
- Не в телефоне, не на планшете, не на компьютере.
- На БУМАГЕ!
- Именно перенос мыслей на бумагу является первым шагом к их материализации.
- Доказано!



## Шаг 6

- Сфотографируйте этот лист бумаги и отправьте мне в личном сообщении (чтобы больше никто этого не увидел)
- В комментарии к этому посту напишите слово *«готово»*. (если вы отправите фото, а слово «готово» не напишите, то ответ не зачтется и баллы не начислятся, и наоборот)