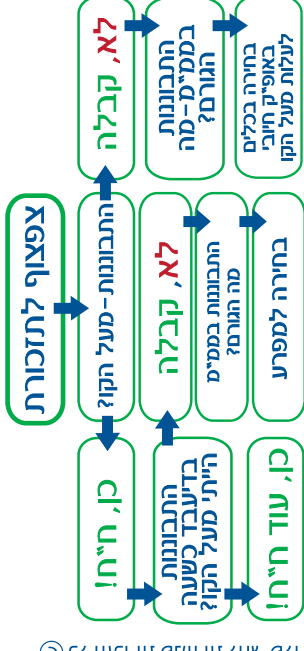


הכלים

- 1 פתיחות ומחויבות לשינוי
- 2 עקרון הפוקוס - להתמקד במה שעובד ומקדם
- 3 גישה חיובית
- 4 לשאול שאלות אפשרות והזדמנות: איך ומה (ולא למה)
- 5 הרגש כסמן - לבחור להיות מעל הקו
- 6 אפר'ת ככלי לשליטה במחשבות וברגשות
- 7 לשנות פרדיגמות שלא משרתות אותך
- 8 לבחור במיקוד שליטה פנימי ובפרואקטיביות, להיות אֵל-על נסיבתי
- 9 לא להתנגד בצורה אוטומטית, לקבל את מה שאינך יכול לשנות
- 10 לשחרר את הצורך בשליטה ולדעת את כל הפרטים
- 11 לבחור במצב של רוצה ולא צריך או מוכרח
- 12 לקבל את העבר, להיות בהווה ולא לחשוש מהעתיד
- 13 לוותר על שיפוטיות עצמית, להיות פרואקטיבי ואחראי, ולא להאשים
- 14 לסלוח לעצמך ולסובבים אותך
- 15 לוותר על הפרפקציוניזם
- 16 פירמידת ההגשמה - לפעול מתוך ההווה לפי עקרון be-do-have
- 17 שאלת ההווה: כשאני... איך אני מרגיש, חושב ופועל?
- 18 לבחור בתודעת האני הגבוה במקום באגו
- 19 לוותר על קיטורים ותלונות
- 20 לבחור בהודיה
- 21 תכנון עסקי ככלי לתכנון והגשמה
- 22 להשתמש בדמיון ולתכנת את המוח הלא-מודע להצלחה
- 23 מדיטציה - כלי לגישה למוח הלא-מודע כדי ליצור בו שינוי
- 24 אהבה עצמית ואהבת הזולת ללא תנאי

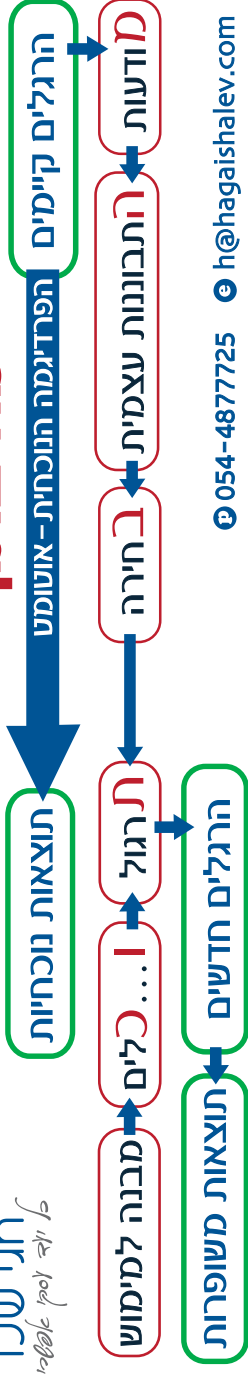
תהליך התבוננות תוך שימוש במבנה למימוש



זלש אצטק טורונט שמוכר לזלש לא



מה בתוך הנוסחה ליצירת שינוי הפרדיגמה הנוכחית - אוטומט



054-487725 h@hagaishalev.com