



אלינה מירקין *Shine On*
ביטוי והגשמה לעסקים ואנשים

שיעור מספר 1 - התחייבות

מה זה אומר עבורך התחייבות לתוכנית *מותר לי*?
שימי לב איך זה מרגיש בגוף התחייבות לתוכנית?
מה עומד בינך לבין התחייבות מלאה?

הנה המלצה למילים של התחייבות לקרוא ולהכניס פנימה בעדינות:

- אני אומר ואומרת את האמת שלי
- דרך חדשה עומדת לפניי
- אני משחרר ומשחררת את מה שנמצא ביני לבין עסק שוקק חיים
- אני בעד דיוק פנימי על העשייה שלי
- אני רוצה לתת יותר מקום לחלומות שלי
- דרך חדשה לפניי
- הדרך הקלה אפשרית לי

מה את ואתה מסכימים לשחרר כדי להיות מחויבים באופן שלם ומלא?
מה מידת ההתחייבות שלך לתוכנית כעת (בסולם של 1-10)?

כל הכבוד לרצון שלך לזוז
לנסות משהו חדש
קולך נשמע