



# Zápisník tvorby reality



[www.lenkaslaninova.cz](http://www.lenkaslaninova.cz)



Začni definitivně tvořit vlastní realitu.  
Akce je základem úspěchu.

TVOŘ.

Toto je tvůj osobní zápisník,  
který tě na tvé cestě povede.



[www.lenkaslaninova.cz](http://www.lenkaslaninova.cz)

# Štěstí a spokojenost

## Kde všude vnímám vliv okolí na svoje myšlení.

Zapiš si vše, co tě napadne. Popřemýšlej si, kde všude se dokážeš nachytat, že „ztrácíš“ čas. Ten čas, který jsi mohla využít lépe. (Internet, soc. sítě, zprávy...)



## Moje přání.

Zamysli se a vypiš představy, které ti přinesou do života pocit spokojenosti, naplnění a štěstí. Vynech ty, které v tobě budí pocit jakékoliv nejistoty.



## Jedno vysněné přání.

Vyber si jeden z vypsaných snů. Na tomto jednom přání se naučíš ovlivnit svou realitu. Příště dokážeš stejně pracovat s dalšími.



## Excelentní soustředění.

Napiš si vše, co tě k přání napadne. Soustřed' se na každý jeden detail. Může to být jedna věta i celý popsany papír. Je to jen tvoje vize.





*Kde všude vnímám vliv okolí na svoje myšlení.*



*Jakým způsobem dokážu opustit proudy narušující mé myšlení?*





Moje krásná přání.



Co ve mně vyvolávají?





*Jedno vysněné přání.*



*Kde všude si ho vložím, abych jej měla na očích?*





*Jak se cítím, když v představě žiju svoje přání?*



*Kdy a kde si přání každý den přehrávám?*



# V L A S T N Í P O Z N Á M K Y

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

