

【ファイナル・インテンション・シート】

あなたが心から思う「最終的な願い事」「達成させたい状況や環境」「楽しいと思える場所」・・・などを想像してください。ここでは「どうやって叶える」「何をすべきか?」「成すべきか?」といった感情も要りません。また他人からの忠告や受け売りの言葉も一切排除して下さい。

あなたの、心から本当に湧き出てくる楽しみ、豊かな自分を空想して欲しいのです。

結果的に、あなたはどんな自分になりたい?

10個、書き出して下さい! (箇条書きで結構です)

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

Your Direction Picture

<http://directionpicture.jp/>

<http://ameblo.jp/walkingtall/>



【アファメーション・シート】

アファメーションとは『宣誓文』の事です。夢を具体的にするには、たくさんの言葉を大切に扱える人が、最も近道を通れます。漫然としない自分なりの決意・決起に向かって、より細かく気持ちを行届かせる・・・アファメーションとは、その為に作成します。物事を薄っぺらく流さない、ちゃんとしたビジョンに基づいて、それを行使することを自分に誓う為、文章として書き残します。

■私は・・・ _____ います。

視覚； _____

聴覚； _____

味覚； _____

嗅覚； _____

触覚； _____

感情； _____

Your Direction Picture

<http://directionpicture.jp/>

<http://ameblo.jp/walkingtall/>



【プログレス・モード・シート】

個人的な日常の充実、仕事の姿勢・運営状態に着目し計画を作りましょう。夢を叶える『プログレスモード』、この部分がなくてはなりません。あなたの夢を叶える為には、どんな仕事・プライベートを営みたいでしょうか？ 各々10個ずつ書き出してみましょう！

プログレス・モード {WORK}

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

プログレス・モード {プライベート}

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

Your Direction Picture

<http://directionpicture.jp/>

<http://ameblo.jp/walkingtall/>



【ベースメント・モード・シート】

人生の基盤を構成するのは「勉強」「健康」「ココロ」の状態を常に磨き上げることで
す。この3つが一番下の土台となり、アナタの夢実現がスタートします。信条・心得と
なる基礎的部分です。毎日や定期的な習慣にしたいことは何ですか？ 各々8個ずつ書
き出してみましょう！

ベースメント・モード {Study}

-
-
-
-
-
-
-
-

ベースメント・モード {Health}

-
-
-
-
-
-
-
-

ベースメント・モード {Mind}

-
-
-
-
-
-
-
-

Your Direction Picture

<http://directionpicture.jp/>

<http://ameblo.jp/walkingtall/>

