

Промежуточный результат прохождения предыдущих этапов

Надеюсь, что у вас всё получилось и вы успешно прошли первые два этапа и сейчас находитесь в балансовом состоянии покоя и равновесия.

На всякий случай уточню, что спокойствие - это не когда штиль **вокруг** вас, а когда штиль **внутри** вас, даже, во время бури.



Результатом первых этапов должно стать расслабленное ТЕЛО, без зажимов и напряжений и СВОБОДНОЕ СОЗНАНИЕ. Тело должно быть мягким, иначе сознание будет там где есть напряжение, а нам оно нужно свободным, как в мечте у Пелевенского героя Петра в романе «Чапаев и Пустота»:

"СВОБОДА - это когда ты свободен от всего, что строит ум...»,
т.е. когда не боишься ничего, что может создать твоё воображение!



Третий этап корректировки состояния

Задача третьего этапа, чтобы бдительный и собранный внутренний «наблюдатель» произвёл:

1. **Инвентаризацию** имеющегося содержимого в вашем внутреннем мире.
2. **Безпристрастную** оценку всего внутреннего хозяйства.
3. **Генеральную уборку**, чтобы не было ничего отяжеляющего или замедляющего темп движения к ...внутреннему идеалу.

Результатом данного этапа должны стать ответы на 2 вопроса:

1. Какие имею результаты?
2. Каким(ой) стал(а)?

Какие имею результаты?

Оцените своё развитие и достижения в следующих сферах:

1. Психоэмоциональной.
2. Интеллектуальной.
3. Духовной.
4. Профессиональной.
5. Социальной.



Какие имею результаты?

Оценка Психоэмоциональной сферы предполагает ответы на следующие вопросы

1. Что Люблю?
2. Что нравится?
3. О чем мечтаю?
4. Что не успеваю?

Ответы запишите в дневнике.



Какие имею результаты?

Оценка **Интеллектуальной сферы** предполагает ответы следующие вопросы

1. В чём уверен.
2. Что не понимаю.
3. Что влечёт и интересует.

Ответы запишите в дневнике.



Какие имею результаты?

Оценка **Духовной сферы** предполагает ответы на следующие вопросы

1. Во что верю?
2. Что вдохновляет?

Ответы запишите в дневнике.



Какие имею результаты?

Оценка **Профессиональной** сферы предполагает ответы на следующие вопросы

1. Что умею?
2. Чему хочу научиться?
3. Чего хочу достичь?

Ответы запишите в дневнике.



Какие имею результаты?

Оценка **Социальной сферы** предполагает ответы на следующие вопросы

1. Чего достиг? (должность, семейное положение, круг общения)
2. Какие роли исполняю?

Для определения своей текущей роли, прочтите статью «Выход из треугольника Карпмана» (она в материалах данного модуля), чтобы мы сами разговаривали на одном языке и использовали одинаковые определения и понятия.

Ответы запишите в дневнике. И переходите к следующей презентации.

