

# ゴール達成を自分に深く浸透させるワーク

これからゴールに向かっていくにあたって、意識だけでなく潜在意識にも深く浸透させるためには既に達成した世界をリアルに感じるようにイメージする事が役立ちます。映画をつくるように未来の映像を考えて書き出してください。

	1年後の今日	最終ゴール
ゴールを達成したあなたの 周りには何が 見えますか？ 誰かいますか？  (視覚)		
どんな音や どんな声が 聞こえますか？  (聴覚)		
なにか香りは しますか？  (嗅覚)		
周りのものは どんな感触？  (触覚)		
どんな気持ちを 感じますか？  (感情)		

