Instrucciones

1. Empiecen en #1 ... anoten la intención (intento) que quieren empoderar. Recuerden, por ahora, escriban su intención en pocas palabras. Más adelante, podrán repetir este patrón de razonamiento cuántico, y pueden revisar, refinar o añadir las palabras que anotaron, y podrán hacer esto tan seguido como quieran ... Cuando terminen de anotar su intento, por favor, continuar al #2.
2. Ahora miren las acciones que están dispuestos a hacer para traer su intención a su vida. Sin duda, van a invertir su energía y ... su tiempo! Cuando sea posible, anoten un marco de tiempo para lo que desean hacer – cuánto tiempo, y cuándo. Cuando terminen, por favor, continuar con el #3.
3. Ahora, piensen en su historia, sus experiencias de vida. Sin culpa, miren claramentelos lugares donde han elegido usar su energía. Pueden también anotar experiencias que puedan ser un desafío para ustedes. En pocas palabras, anoten esas experiencias que les van a apoyar en el cumplimiento de su intención. Las lecciones aprendidas de su experiencia les van a apoyar mientras continúan enfocando la energía para completar su intención. Piensen en su historia y en su experiencia de vida como una reserva personal de energía de auto dirección y auto apoyo. Continuar al #4
4. Una parte importante de enfocar la intención es anotar lo que están dispuestos a recibir o esperan recibir para apoyarlos en el cumplimiento de su intención. Recuerden considerar también los beneficios personales que obtendrán en el cumplimiento de su intención. Esta parte es importante, aunque pueda parecer auto indulgencia, porque en última instancia va a fortalecer su habilidad y compromiso. Continuar el proceso de razonamiento cuántico con el #5
5. Anoten un atributo de maestría que eligen practicar mientras siguen enfocándola energía de su intención. También anoten la razón o razones del porqué escogieron practicar este atributo en particular.
6. Elijan un segundo atributo de maestría y anótelo aquí. Una vez más pueden anotar la razón por la que eligieron este atributo.
7. Anoten un tercer atributo de maestría que elijan practicar y por qué.
8. Para completar su Afirmación de Intención Enfocada, anoten un cuarto atributo de maestría que hayan elegido practicar y por qué.

Copyright © 2011. The Energy Extension Inc. All Rights Reserved.