



基礎講座15(5-3)



時間の流れの調整法

現在の自分でどのくらい対応可能か？願いを叶えた私ならどうか？
そのために今からできることはあるか？全部書き出してみましょう。

例：移動距離、旅行、引越し、働き方を変える、お金の使い方を変えるなど

内 容	今はどのくらいなら 対応可能か？	願いを叶えた私ならどうか？ 今からできるチャレンジポイントはどこか？
	1 — 2 — 3 — 4 — 5	
	1 — 2 — 3 — 4 — 5	
	1 — 2 — 3 — 4 — 5	
	1 — 2 — 3 — 4 — 5	
	1 — 2 — 3 — 4 — 5	

🌸「懂れるけど、自分とは世界が違う」「素敵だけど、私が手に入れられるわけがない」
と感じている物事はありますか？自由に書き出してみましょう。

※ここに書き出されたものが未来のあなたの姿のかけら、チャレンジポイントになります。