

## Декларация намерения

### СОГЛАШЕНИЕ С СОБОЙ

Я, \_\_\_\_\_

Беру ответственность за всю жизнь, свои дела, свои мысли, свои слова, свое состояние, свои эмоции.

Я понимаю, что моя жизнь зависит от меня. То, что сейчас я имею, это результат моих мыслей, действий, выборов и решений.

С сегодняшнего дня я выбираю жить осознанно, в моменте здесь и сейчас.

Я принимаю себя таким, какой я есть. Я люблю и принимаю себя. Я уникальность.

Я могу сам выбирать и приносить в свою жизнь желаемое.

Только я могу выбирать, чего я достоин. Только я могу определять, что для меня норма.

Я позволяю себе то, что я хочу. Я достоин этого. Мне можно.

Я выбираю жить так, чтобы количество добра в мире увеличивалось. Я создаю намерение наполниться всем хорошим и делиться этим с другими.

Я буду прислушиваться к себе, к своему телу, своим потребностям, желаниям и чувствам. Заботиться о себе с любовью.

Я могу сделать свою жизнь такой, как я хочу!

Я выбираю быть наполненным счастьем и любовью, я выбираю быть светом.

Я с каждым днем становлюсь счастливее.

Подпись \_\_\_\_\_