# Задание после лекции

Ребята, напоминаю: кто был на лекции — вы уже знакомы с заданием❕

Ваша задача — выбрать 10 сфер или направлений, в которых вы будете действовать без раздумий и внутреннего торга в течение ближайших 10 дней.

🔹 Примеры:

– "Я не думаю, пойти ли на тренировку — я просто иду (желательно заранее определить время, которое пойдешь на тренировку)."

– "Я не решаю, читать ли книгу — я просто открываю её в назначенное время и читаю."

Важно:

— Не думаю — а просто делаю.

— Не оцениваю, насколько это сложно, лень или хочется, а просто выполняю.

— Анализ и размышления — потом. Сейчас цель: попробовать жить в режиме действия.

📌 Не обсуждайте с собой, не торгуйтесь — просто действуйте по выбранным 10 пунктам.

📝 Запишите свои 10 направлений