Подумайте о человеке, которому бы пригодился ваш совет. Заполните пробелы, а затем ответьте на вопросы приведенные на обратной стороне карточки.

_____ должен/ не должен _____

Чтобы узнать больше о **Работе**, прочитайте *"Любить то, что есть"*, и посетите www.rabotaBK.com.

Работа
Байрон Кейти

Подумайте о человеке, которому бы пригодился ваш совет. Заполните пробелы, а затем ответьте на вопросы приведенные на обратной стороне карточки.

_____ должен/ не должен _____

Чтобы узнать больше о **Работе**, прочитайте *"Любить то, что есть"*, и посетите www.rabotaBK.com.

Работа
Байрон Кейти

Подумайте о человеке, которому бы пригодился ваш совет. Заполните пробелы, а затем ответьте на вопросы приведенные на обратной стороне карточки.

_____ должен/ не должен _____

Чтобы узнать больше о **Работе**, прочитайте *"Любить то, что есть"*, и посетите www.rabotaBK.com.

Работа
Байрон Кейти

Подумайте о человеке, которому бы пригодился ваш совет. Заполните пробелы, а затем ответьте на вопросы приведенные на обратной стороне карточки.

_____ должен/ не должен _____

Чтобы узнать больше о **Работе**, прочитайте *"Любить то, что есть"*, и посетите www.rabotaBK.com.

Работа
Байрон Кейти

Подумайте о человеке, которому бы пригодился ваш совет. Заполните пробелы, а затем ответьте на вопросы приведенные на обратной стороне карточки.

_____ должен/ не должен _____

Чтобы узнать больше о **Работе**, прочитайте *"Любить то, что есть"*, и посетите www.rabotaBK.com.

Работа
Байрон Кейти

Подумайте о человеке, которому бы пригодился ваш совет. Заполните пробелы, а затем ответьте на вопросы приведенные на обратной стороне карточки.

_____ должен/ не должен _____

Чтобы узнать больше о **Работе**, прочитайте *"Любить то, что есть"*, и посетите www.rabotaBK.com.

Работа
Байрон Кейти

Подумайте о человеке, которому бы пригодился ваш совет. Заполните пробелы, а затем ответьте на вопросы приведенные на обратной стороне карточки.

_____ должен/ не должен _____

Чтобы узнать больше о **Работе**, прочитайте *"Любить то, что есть"*, и посетите www.rabotaBK.com.

Работа
Байрон Кейти

Работа Байрон Кейти

1. Это правда? (Если ваш ответ “Нет”, перейдите к пункту №3.)
2. Можете ли вы абсолютно точно знать, что это правда?
3. Как вы реагируете, что происходит, когда вы верите в эту мысль?
4. Кем бы вы были без этой мысли?

Поменяйте эту мысль на противоположную (найдите переворот).
Найдите подлинные примеры для этого переворота.
Можете ли вы найти другие перевороты первоначальной мысли?
Приведите подлинные примеры для каждого переворота.

© 2010 Byron Katie, Inc.

Работа Байрон Кейти

1. Это правда? (Если ваш ответ “Нет”, перейдите к пункту №3.)
2. Можете ли вы абсолютно точно знать, что это правда?
3. Как вы реагируете, что происходит, когда вы верите в эту мысль?
4. Кем бы вы были без этой мысли?

Поменяйте эту мысль на противоположную (найдите переворот).
Найдите подлинные примеры для этого переворота.
Можете ли вы найти другие перевороты первоначальной мысли?
Приведите подлинные примеры для каждого переворота.

© 2010 Byron Katie, Inc.

Работа Байрон Кейти

1. Это правда? (Если ваш ответ “Нет”, перейдите к пункту №3.)
2. Можете ли вы абсолютно точно знать, что это правда?
3. Как вы реагируете, что происходит, когда вы верите в эту мысль?
4. Кем бы вы были без этой мысли?

Поменяйте эту мысль на противоположную (найдите переворот).
Найдите подлинные примеры для этого переворота.
Можете ли вы найти другие перевороты первоначальной мысли?
Приведите подлинные примеры для каждого переворота.

© 2010 Byron Katie, Inc.

Работа Байрон Кейти

1. Это правда? (Если ваш ответ “Нет”, перейдите к пункту №3.)
2. Можете ли вы абсолютно точно знать, что это правда?
3. Как вы реагируете, что происходит, когда вы верите в эту мысль?
4. Кем бы вы были без этой мысли?

Поменяйте эту мысль на противоположную (найдите переворот).
Найдите подлинные примеры для этого переворота.
Можете ли вы найти другие перевороты первоначальной мысли?
Приведите подлинные примеры для каждого переворота.

© 2010 Byron Katie, Inc.

Работа Байрон Кейти

1. Это правда? (Если ваш ответ “Нет”, перейдите к пункту №3.)
2. Можете ли вы абсолютно точно знать, что это правда?
3. Как вы реагируете, что происходит, когда вы верите в эту мысль?
4. Кем бы вы были без этой мысли?

Поменяйте эту мысль на противоположную (найдите переворот).
Найдите подлинные примеры для этого переворота.
Можете ли вы найти другие перевороты первоначальной мысли?
Приведите подлинные примеры для каждого переворота.

© 2010 Byron Katie, Inc.

Работа Байрон Кейти

1. Это правда? (Если ваш ответ “Нет”, перейдите к пункту №3.)
2. Можете ли вы абсолютно точно знать, что это правда?
3. Как вы реагируете, что происходит, когда вы верите в эту мысль?
4. Кем бы вы были без этой мысли?

Поменяйте эту мысль на противоположную (найдите переворот).
Найдите подлинные примеры для этого переворота.
Можете ли вы найти другие перевороты первоначальной мысли?
Приведите подлинные примеры для каждого переворота.

© 2010 Byron Katie, Inc.

Работа Байрон Кейти

1. Это правда? (Если ваш ответ “Нет”, перейдите к пункту №3.)
2. Можете ли вы абсолютно точно знать, что это правда?
3. Как вы реагируете, что происходит, когда вы верите в эту мысль?
4. Кем бы вы были без этой мысли?

Поменяйте эту мысль на противоположную (найдите переворот).
Найдите подлинные примеры для этого переворота.
Можете ли вы найти другие перевороты первоначальной мысли?
Приведите подлинные примеры для каждого переворота.

© 2010 Byron Katie, Inc.

Работа Байрон Кейти

1. Это правда? (Если ваш ответ “Нет”, перейдите к пункту №3.)
2. Можете ли вы абсолютно точно знать, что это правда?
3. Как вы реагируете, что происходит, когда вы верите в эту мысль?
4. Кем бы вы были без этой мысли?

Поменяйте эту мысль на противоположную (найдите переворот).
Найдите подлинные примеры для этого переворота.
Можете ли вы найти другие перевороты первоначальной мысли?
Приведите подлинные примеры для каждого переворота.

© 2010 Byron Katie, Inc.