

Printable 21-Day Rewiring Workbook

Subconscious Mind Programming System

(The Manifestation Blue Print – Workbook Edition)

◇ Instructions (कैसे उपयोग करें)

- इस Workbook को प्रिंट करें।
 - रोज़ Morning और Night 5-7 मिनट दें।
 - 21 दिन बिना Break के पूरा करें।
 - Skip हो जाए तो अगले दिन दुगुनी Consistency रखें — Guilt नहीं।
-

🕒 STEP 1: Limiting Belief Audit (Day 1)

1 पैसे को लेकर मेरी मान्यताएँ:

1. _____
2. _____
3. _____

2 सफलता को लेकर मेरी मान्यताएँ:

1. _____
2. _____
3. _____

3 खुद को लेकर मेरी मान्यताएँ:

1. _____
 2. _____
 3. _____
-

STEP 2: Belief Replacement Sheet

Old Belief	New Empowering Belief

✿ STEP 3: My New Identity Statement

मैं _____ हूँ।
मैं _____ महसूस करता/करती हूँ।
मैं _____ जीवन जी रहा/रही हूँ।

(इसे 21 दिन Morning & Night पढ़ना है)

🌀 STEP 4: My Primary Goal (Present Tense में लिखें)

मैं _____
मैं _____
मैं _____

मुझे यह पाने पर कैसा महसूस होगा?

📅 DAILY MORNING PROGRAMMING PAGE (Print 21 Copies)

Day ____

- ✓ Identity Statement पढ़ा
- ✓ 2 मिनट Visualization
- ✓ Emotion जोड़ा

आज का Micro Action:

आज मैं कैसा महसूस कर रहा/रही हूँ?

Signature: _____

 DAILY NIGHT PROGRAMMING PAGE (Print 21 Copies)

Day ____

आज की 3 छोटी जीत:

1. _____
2. _____
3. _____

- ✓ Identity Statement दोहराया
- ✓ Goal Visualization किया

आज का Overall Feeling:

Signature: _____

 21-Day Progress Tracker

Day	Morning Done ✓	Night Done ✓	Micro Action Completed	Feeling (1-10)
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				

19				
20				
21				

WEEKLY REFLECTION (Day 7 / 14 / 21)

इस सप्ताह मैंने अपने अंदर क्या बदलाव महसूस किया?

कौन-सी पुरानी आदत कमजोर हुई?

कौन-सी नई पहचान मजबूत हुई?

Emotional Anchoring Page

जब मैं सफल महसूस करता/करती हूँ, तब:

- मेरी Body Language कैसी होती है?

- मेरी आवाज़ कैसी होती है?

- मैं खुद से क्या कहता/कहती हूँ?

मेरा Physical Anchor (Gesture):

Completion Page (Day 21)

- ✓ मैंने 21 दिन पूरे किए
- ✓ मैंने Consistency रखी
- ✓ मैंने Action लिया

21 दिनों बाद मैं अब खुद को कैसे देखता/देखती हूँ?

मेरी नई Identity है:

Signature: _____

Date: _____
