



## Intellimen uitdaging #38

Begin niet met deze uitdaging voordat je klaar bent met Uitdaging #37.

**Uitdaging:** Vast net als Daniël 21 dagen.

**Uitleg:** Een tijdje terug kondigde Mark Zuckerberg, oprichter en CEO van Facebook, zijn nieuwe jaarlijkse uitdaging aan: dagelijks iemand buiten Facebook leren kennen. De ondernemer komt jaarlijks met een uitdaging voor zijn eigen persoonlijke groei. “Als je iets een jaar lang doet, dan zijn er van die interessante onbedoelde gevolgen”, aldus Zuckerberg. Misschien laat iemand op een dag hem wel het IntelliMen-project zien.

Marks uitdaging toont aan dat er macht zit in het kiezen van een doel dat is gekoppeld aan persoonlijke groei in een bepaald gebied van je leven. Dat is precies het doel van the Fast of Daniel (het Vasten als Daniël) – een uitdaging om onszelf 21 dagen lang los te koppelen van de afleidende informatie waarmee we worden gebombardeerd om zo spirituele groei te bewerkstelligen. Een gedetailleerde uitleg van wat het Vasten is en hoe het werkt, kun je hier vinden: <http://rna.to/1DezfvB>. Neem een paar minuten om de uitleg te lezen en naar de video op deze pagina te kijken.

Jouw uitdaging is om te Vasten als Daniël door de instructies te volgen. Op de pagina over het Vasten, vind je dagelijkse taken die tijdens de 21 dagen moeten worden gedaan. Je hebt de volgende opties:

1. Je doet het Vasten, maar niet te taken (Maar goed, dat zou niet heel uitdagend zijn, toch?)
2. Je doet het Vasten en minstens een van de vijf dagelijkse taken (Beter)
3. Je bent een van de beste IntelliMen in je omgeving, want je doet het Vasten en de vijf dagelijkse taken.

Jij bepaalt welke je doet, maar wat je ook belooft, je moet het dan wel doen!

**Notebook:** Maak hier aantekeningen over de taken van het Vasten.

**Officiële buddy:** Moedig je partner aan om te Vasten en de taken te doen. Praat zo vaak mogelijk met elkaar om je focus te houden tijdens het Vasten.

**Deadline:** 21 Dagen. Een week nadat je bent begonnen met Vasten, kun je beginnen met de volgende uitdaging.

**Plaatsing:** Nadat (echt pas nadat!) je klaar bent met deze uitdaging, plaats je jouw opmerkingen op de Facebook-pagina van IntelliMenWorld (niet op je eigen profiel) of op Twitter, met als titel:

**#intellimenchallenge38 concluded: I did the Fast of Daniel and my experience was... (Voeg meer dingen toe.)**

Via: **facebook.com/intellimenworld & twitter.com/intellimenworld** (als je tweet, gebruik dan **@intellimenworld** in je berichten)

**Net dat beetje meer:**

Optie 1 voor 20 bonuspunten: Ik doe alleen het Vasten

Optie 2 voor 50 bonuspunten: Ik doe het Vasten en een taak per dag.

Optie 3 voor 500 bonuspunten: Ik doe het Vasten en alle taken voor elke dag.

Uit de drie opties voor het Vasten als Daniël koos ik plan #\_\_\_\_, omdat: (Leg je redenering uit).

Beantwoord:

- (Voor degenen die de taken deden) Welke van de taken voor het Vasten hebben je het meest geholpen?

- Wat heb ik geleerd van deze uitdaging?

**Checklist:** Ik heb mijn voortgang op Facebook of Twitter gezet met de volgende beschrijving: *#intellimenchallenge38 completed: I did the Fast of Daniel and my experience was....*

Datum waarop ik deze uitdaging heb voltooid: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_