

JOURNAL DU FUTUR MOI

par Dr. Nicole LePera

ÉTAPE 2: Pratique journalière

JOURNAL QUOTIDIEN DE MON FUTUR MOI

Mon affirmation quotidienne:

Aujourd'hui, je me concentre sur modifier ma tendance à:

Je ressens de la gratitude pour:

Trois traits que mon Futur Moi aura sont:

La personne que je suis en train de devenir sera ou ressentira plus de:

J'ai la possibilité d'être mon Futur Moi aujourd'hui lorsque je:

Quand je pense à qui je suis en train de devenir, je ressens:
