

Prendre conscience de ma pensée

CHOISISSEZ LE THÈME DONT VOUS AVEZ BESOIN
AUJOURD'HUI

Quelles sont mes 5 principales pensées du moment ?

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Quelles sont mes 5 principales pensées à propos de moi en tant
que maman ?

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Quelles sont mes 5 principales pensées à propos de moi en tant
que compagne ?

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Quelles sont mes 5 principales pensées à propos de moi en tant que femme (personnalité, estime de moi, corps, beauté,) ?

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Quelles sont mes 5 principales pensées à propos de mon organisation ?

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Quelles sont mes 5 principales pensées à propos de mon argent ?

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Choisissez 1 pensée parmi les thèmes choisis et écrivez un modèle, le plus précis possible.

Une Circonstance déclenche une Pensée. Cette Pensée déclenche une Émotion. Cette Émotion nourrit vos actions. La somme de ces Actions correspond au résultat que vous obtenez dans votre vie.

Circonstance :

Pensée:

Émotion:

Action:

Résultat:

Circonstance :

Pensée:

Émotion:

Action:

Résultat:

Circonstance :

Pensée:

Émotion:

Action:

Résultat:

Circonstance :

Pensée:

Émotion:

Action:

Résultat:

Dès lors que vous êtes capable de VOIR que votre PENSÉE crée votre RÉSULTAT, vous avez terminé ce travail.