



J'ALLEGE MON ESPRIT

EXERCICE EPISODE 83 - POURQUOI IL FAUT S'AIMER POUR POUVOIR ENFIN VRAIMENT AVANCER

Ressentez vous actuellement un amour inconditionnel de vous même dans votre vie et dans votre quotidien? Si non, qu'est ce qui vous en empêche selon vous?

Quelles pensées sur vous, et votre confiance en vous, vos capacités, et vos réalisations pourraient, selon vous, vous aider a déjà croire en cette réalité que vous êtes quelqu'un d'exceptionnel et que vous méritez d'être aimée par vous en premier lieu? (Soyez généreux-se dans les "preuves" que vous avez pour soutenir ces pensées)

Si tu souhaites un exercice supplémentaire qui agrémentera ta semaine entière, n'hésites pas et envoies moi un message à : julielapresle@yahoo.com



Julie Lapresle

COACH EN DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

