



J'ALLEGE MON ESPRIT

EXERCICE EPISODE 97 - M'ÉCOUTER, OUI MAIS...

Arrivez vous aujourd'hui à vous accepter pleinement?
Si non, pourquoi selon vous? Qu'est ce qui vous en empêche?

Avez vous conscience de ce qui peuple vraiment votre esprit? Connaissez vous la teneur, l'origine, les croyances qui nourrissent vos pensées? Quelles sont celles dont vous souhaiteriez vous "débarrasser"?

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

