

Outil créateur d'intentions

pour faire le bilan de la dernière année et émettre des intentions claires pour la nouvelle année

Pour chacune des questions, repassez tous les mois de l'année et considérez tous les aspects de votre vie

Santé
Travail
Vie Familiale
Vie Amoureuse

Vie personnelle
Vie sociale
Accomplissements personnels
Vie intérieure (spirituelle)

Finances
Loisirs
Voyages
etc.

2021

Ce qui a bien fonctionné pour moi cette année:

Le plus beau cadeau que la vie m'a fait cette année:

Ce que je ne veux pas répéter en 2022:

Une habitude que je veux changer pour me sentir mieux en 2022:

2022

Pour cette section, votre mental doit être mis de côté. Mettez-vous dans la peau d'un enfant qui croit tous les possibles.

Ce que je choisis de créer pour moi en 2022:

Maintenant, voyez vous en train de vivre une situation et d'avoir un ressenti très agréable. Si je ne me sens pas bien dans une visualisation, soit je n'y crois pas, soit je ne suis pas en lien avec mon besoin pour maintenant.

Amusez-vous à prendre quelques minutes chaque jour pour faire de la visualisation et ce pour les 12 premiers jours de l'année.

Vous pouvez également vous construire une phrase à répéter :

En 2022, pour moi-même, je choisis de créer (attitude, situation...)

Je me souhaite Bonne Année 2022.
J'ai conscience de tout le pouvoir de transformer ce qui se passe en moi !