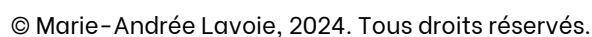




Prends un moment pour noter tous les irritants, frustrations, et situations que tu ne veux plus accepter dans ta vie. Pas besoin de te forcer à être positif ou positive ici ! Laisse tout sortir, que ce soit des petits ou des gros irritants, écris tout. Cette étape est un espace pour ton être intérieur de dire : ça suffit !



Étape 2 : Retourner les situations pour découvrir ce que je veux vraiment

IRRITANT



INTENTION

À partir des prises de conscience des étapes précédentes, identifie trois principaux objectifs qui résonnent profondément avec qui tu es et ce que tu veux vivre. Note-les clairement et précise pourquoi ils comptent pour toi. Ces objectifs deviendront des intentions puissantes pour t'aider à avancer avec clarté et confiance.

