



Transformatie-oefening: Wie wil ik zijn op het einde van deze dag?

Door bewust te kiezen voor de kwaliteiten die je in jezelf wil laten groeien, neem je je leven letterlijk terug in handen. Je laat het idee los dat je geleefd wordt door de wereld, en kiest bewust voor het laten groeien van je eigen wezen. Kan je zien hoe een grote impact deze keuze kan brengen in je leven?

Print dit blad en doe deze oefening voor minimum 28 dagen... Vul volgend blad in...

's Ochtends: Welke 3 Kwaliteiten zal ik vandaag ontwikkelen in mezelf?

1: Vandaag cultiveer ik:

2: Vandaag cultiveer ik:

3: Vandaag cultiveer ik:

's Avonds: Wat heeft deze dag mij gebracht?

Wat heb ik geleerd?

Waar in ben ik gegroeid?

Hoe ga ik deze inzichten verder laten groeien in mijn leven?