

WWW.ACADEMIADJOURNALING.RO

Ziua 1 Intenție

DEEP JOURNALING PARTY

Ziua 1 - Intenție

Care este o intenție arzătoare pe care o ai în acest moment? Gândește-te la o situație sau un aspect din viața ta, unde ai ajuns în punctul în care spui "Așa nu se mai poate, e momentul să aleg diferit, sunt gata să fac orice"

Scrive intenția la timpul prezent și descrie situația ideală. Folosește formula "Sunt atât de recunoscător/recunoscătoare că..."

De ce este atât de importantă intenția aceasta pentru tine? Ce anume îți dă profunzime?