

FEUILLE DE ROUTE



Inscrire ci-dessous le sujet qui t'anime, le projet, le rêve ou ce que tu aimerais voir évoluer rapidement dans ta vie. C'est important de l'exprimer de façon concrète et avec des termes positifs (pas de négations).

Cette feuille te sert à noter les différents éclairages reçus, ainsi que tes prises de conscience. Elle te sera précieuse pour mettre en place des actions inspirées dans le cadre de la réalisation de ton projet.

Case	Éclairage	Chakra	Plan	Prises de conscience

Case	Éclairage	Chakra	Plan	Prises de conscience

Écrire l'action qui a émergé suite à la partie. Elle doit être ambitieuse juste ce qu'il faut, c'est-à-dire, sentir que c'est à portée de main avec un minimum d'effort. On est dans une logique « de petits pas » réalistes et réalisables ! L'intention étant de passer à l'action afin de s'inscrire rapidement dans une spirale vertueuse.

L'action principale que je vais réaliser dans les 7 jours :