

MON CHEMINEMENT

JUILLET 2022

Je me prépare au voyage

1. De quoi suis-je sûr(e) à mon sujet ?
2. Quels sont mes doutes ?
3. Quelle est mon intention pour ce cheminement

J'explore mon monde physique

4. Comment est-ce que je me sens dans mon lieu de vie ?
5. Que puis-je faire pour m'y sentir encore mieux ?
6. Que puis-je faire pour le rendre vraiment mien ?
7. Comment est-ce que je me sens dans mon corps ?
8. Comment avoir un regard aimant pour mon corps ?
9. Que faire pour lui donner ce dont il a besoin ?
10. Comment incarner la personne que je suis ?

J'explore mes pensées

11. Quelles connaissances ou savoir-faire font ma force ?
12. Quelles sont mes ambitions ?
13. Est-ce que j'ai une vision claire ?
14. Puis-je me faire confiance ?
15. Quel poids l'opinion d'autrui a sur mes décisions ?
16. Comment m'assurer que je ne suis pas dans le jugement ?
17. Comment harmoniser mes pensées et mes actes ?

J'explore mes passions

18. Qu'est-ce qui me fait plaisir ?
19. Qu'est-ce que j'ai envie d'approfondir ?
20. Qu'est-ce qui nourrit mon feu intérieur ?
21. Qu'est-ce que je veux partager avec le monde ?
22. Qu'est-ce qui me motive ?
23. Qu'est-ce qui donne un sens à ce que je fais ?
24. Comment vivre mes passions sans me consumer ?

J'explore mes émotions

25. Quelles sont les émotions que j'ai ressenties aujourd'hui ?
26. Avec quelles émotions est-ce que je me sens le plus à l'aise ?
27. Quelles sont les émotions qui me submergent le plus facilement ?
28. Quelles émotions aimerais-je ressentir plus souvent ?
29. Que faire pour y parvenir ?
30. Comment apprécier chacune de mes émotions ?
31. Comment est-ce que je me sens à l'issue de ce cheminement ?

CE QUE JUILLET M'A APPRIS