Strona manifestacji

Data _____

1 Intencja

Co chcesz wnieść do swojego życia? Powiedz to prosto.

2 Afirmacja

Krótkie, wiarygodne zdanie w czasie teraźniejszym.

3 Jak chcę się czuć

4 Trzy rzeczy, za które jestem wdzięczny

- ♥
- ♥
- ♥

5 Spójne działania

Małe, konkretne rzeczy, które możesz zrobić w tym tygodniu.

- ☐
- ☐
- ☐
- ☐

6 Co zauważam

Oznaki postępu, zbiegi okoliczności, rzeczy, które wcześniej byś przeoczył.