



Journal d'intuition

Lorsqu'on apprend à travailler avec son intuition, à être plus branchée à ses ressentis, prendre des notes est d'une grande importance. Vous pouvez utiliser n'importe quel cahier, mais je vous ai créé un petit document d'inspiration.

Jour 1 : Aujourd'hui, j'ai senti que je devais

Jour 2 : Aujourd'hui, mon intuition m'a dit...



Journal d'intuition

Jour 3 : Mon intuition s'est manifestée de cette façon ...

Jour 4 : Aujourd'hui, j'ai pris le temps de m'arrêter et d'imaginer ceci...

Jour 5 : Aujourd'hui, je me suis vraiment sentie intuitive lors de ...



Journal d'intuition

Jour 6 :

Jour 7 :

Vous continuez ainsi, chaque jour, prenez le temps de noter à quel moment votre intuition vibre, parle, agit, etc. Apprenez à l'apprivoiser et à savoir lorsqu'elle veut vous guider, apprenez à lui faire confiance. C'est en notant vos progrès que vous pourrez l'améliorer et l'entendre.