

Détoxifier le mental

JOURNAL

COMPLÉMENT AU LIVRE DÉTOXIFIER LE MENTAL
PAR RAJINDER SINGH



Détoxifier le mental

JOURNAL

Comment utiliser ce journal d'accompagnement

Les chapitres du livre "Détoxifier le mental", de Rajinder Singh, contiennent des exercices interactifs et révélateurs. Chaque page du journal correspond à un chapitre. N'hésitez pas à utiliser ce journal pour écrire vos réactions aux exercices ainsi que vos objectifs, vos réflexions et les résultats positifs que vous obtenez à la suite de chaque chapitre. Puisse le livre Détoxifier le mental, de Rajinder Singh, et ce journal d'accompagnement vous aider dans votre cheminement vers une vie joyeuse, paisible et sans stress.



Buts pour ce chapitre



Buts pour ce chapitre



Buts pour ce chapitre

Lined area for writing goals.



Buts pour ce chapitre



Buts pour ce chapitre



Buts pour ce chapitre

Lined area for writing goals.



Buts pour ce chapitre



Buts pour ce chapitre



Buts pour ce chapitre



Buts pour ce chapitre



Buts pour ce chapitre

Buts pour ce chapitre

Buts pour ce chapitre



Buts pour ce chapitre



Buts pour ce chapitre



Buts pour ce chapitre



Buts pour ce chapitre



Buts pour ce chapitre

