



POUR MOI
AVEC
AMOUR

Je suis bien telle que je suis

Je suis digne d'être aimée et appréciée

Je suis un être unique et merveilleux

Je suis capable de tout faire

J'aime ce que je vois en moi

Je me donne à moi-même l'amour, l'estime et la
reconnaissance dont j'ai besoin

Je me pardonne mes erreurs passées

Je suis de plus en plus consciente des trésors que j'ai en moi

Je m'aime de plus en plus chaque jour

Plus je m'aime, plus la vie me sourit

Je suis fière de moi

J'aime qui je suis et ce que je fais





POUR MOI
AVEC

AMOUR

J'exprime de plus en plus d'amour et de gratitude envers
moi chaque jour

Je suis une personne magnifique

Je suis en harmonie avec moi-même

J'aime mon corps et tout ce qu'il fait pour moi

Mon discours intérieur s'améliore de jour en jour

À ce moment précis, je réalise que je suis une belle personne

Je suis une personne formidable

De jour en jour, je deviens la meilleure version de moi-
même

Moi

