I Quattro Cardini del Cambiamento - Diario Giornaliero

Nome: _____ Data _____

INTENZIONE

L'accordo di oggi

_____

DISCIPLINA	SI	NO
I cinque Tibetani	☐	☐
11 minuti di OM	☐	☐

CURA	
Per lo Spirito	**Per la Mente**
Per il Corpo	**Per le Emozioni**

DIARIO DI ACCORDO E RICORDO

INTENZIONE

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

DISCIPLINA

_____
_____
_____
_____
_____
_____

CURA

_____
_____
_____
_____
_____
_____

I Quattro Cardini del Cambiamento - Diario Giornaliero

Nome: _____ Data _____

INTENZIONE

L'accordo di oggi

_____

DISCIPLINA	SI	NO
I cinque Tibetani	☐	☐
11 minuti di OM	☐	☐

CURA	
Per lo Spirito	**Per la Mente**
Per il Corpo	**Per le Emozioni**

DIARIO DI ACCORDO E RICORDO

INTENZIONE

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

DISCIPLINA

_____
_____
_____
_____
_____
_____

CURA

_____
_____
_____
_____
_____
_____