・夢や願いが叶った瞬間の感覚を"今"リアルに感じてみる・夢や願いが叶った後の行動、生活をワクワクしながらイメージしてみる
・家族に優しくする・人に親切にする・ネガティブな思いは速やかにチェンジする・深呼吸して呼吸に集中してみる・空を見上げる

CHECK LIST

memo

Shopping List

Zowie's Room

http://www.zowie.cc/

index

1月 2月 3月 4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月

●２０１４年（平成26）の計画

1月	2月
3月	4月
5月	6月
7月	8月
9月	10月
11月	12月

・夢や願いが叶った瞬間の感覚を"今"リアルに感じてみる・夢や願いが叶った後の行動、生活をワクワクしながらイメージしてみる
・家族に優しくする・人に親切にする・ネガティブな思いは速やかにチェンジする・深呼吸して呼吸に集中してみる・空を見上げる

CHECK LIST

memo

Shopping List

Zowie's Room

http://www.zowie.cc/

index

1月 2月 3月 4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月

・夢や願いが叶った瞬間の感覚を"今"リアルに感じてみる・夢や願いが叶った後の行動、生活をワクワクしながらイメージしてみる
・家族に優しくする・人に親切にする・ネガティブな思いは速やかにチェンジする・深呼吸して呼吸に集中してみる・空を見上げる

CHECK LIST

memo

Shopping List

Zowie's Room

http://www.zowie.cc/

index

1月 2月 3月 4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月