


・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


・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


Zowie's Room

CHECK LIST 

memo


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

Shopping List 

Zowie's Room 


<http://www.zowie.cc/>


Zowie's Room

CHECK LIST 

memo


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


Shopping List 

Zowie's Room 

<http://www.zowie.cc/>


Zowie's Room

Shopping List 

CHECK LIST 

memo

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

Zowie's Room 

<http://www.zowie.cc/>

・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