

Je me fais une promesse

Moi, [insérez votre nom ici]

me fais une promesse solennelle.

Celle de passer tant de temps à améliorer ma vie que je n'aurai pas le temps de m'inquiéter, juger, critiquer, m'apitoyer ou me plaindre.

Celle de pardonner, d'abandonner mes rancœurs, et faire que les obstacles que je rencontre dans la vie me rendent meilleur.

À partir de maintenant, je m'engage à ne pas regarder en arrière, et à apprécier ce qui est devant moi.

Je promets d'arrêter d'en faire des tonnes, d'abandonner les relations toxiques, les pensées et les comportements que j'ai aujourd'hui et de constamment concentrer mon attention du mal vers le bien.

De faire de la place dans mon cœur pour l'amour, la joie, la paix et la sérénité. De m'autoriser une infinité de choix et d'éventualités.

Je m'engage à rester fidèle à moi-même, à tout instant et ne jamais me trahir juste pour plaire aux autres.

Je m'engage à laisser de côté les pensées, les comportements et les relations toxiques mais jamais mes rêves.

A partir de ce moment, je vais recréer ma vie et la rendre formidable.

Sincèrement,

[Insérez votre nom ici]