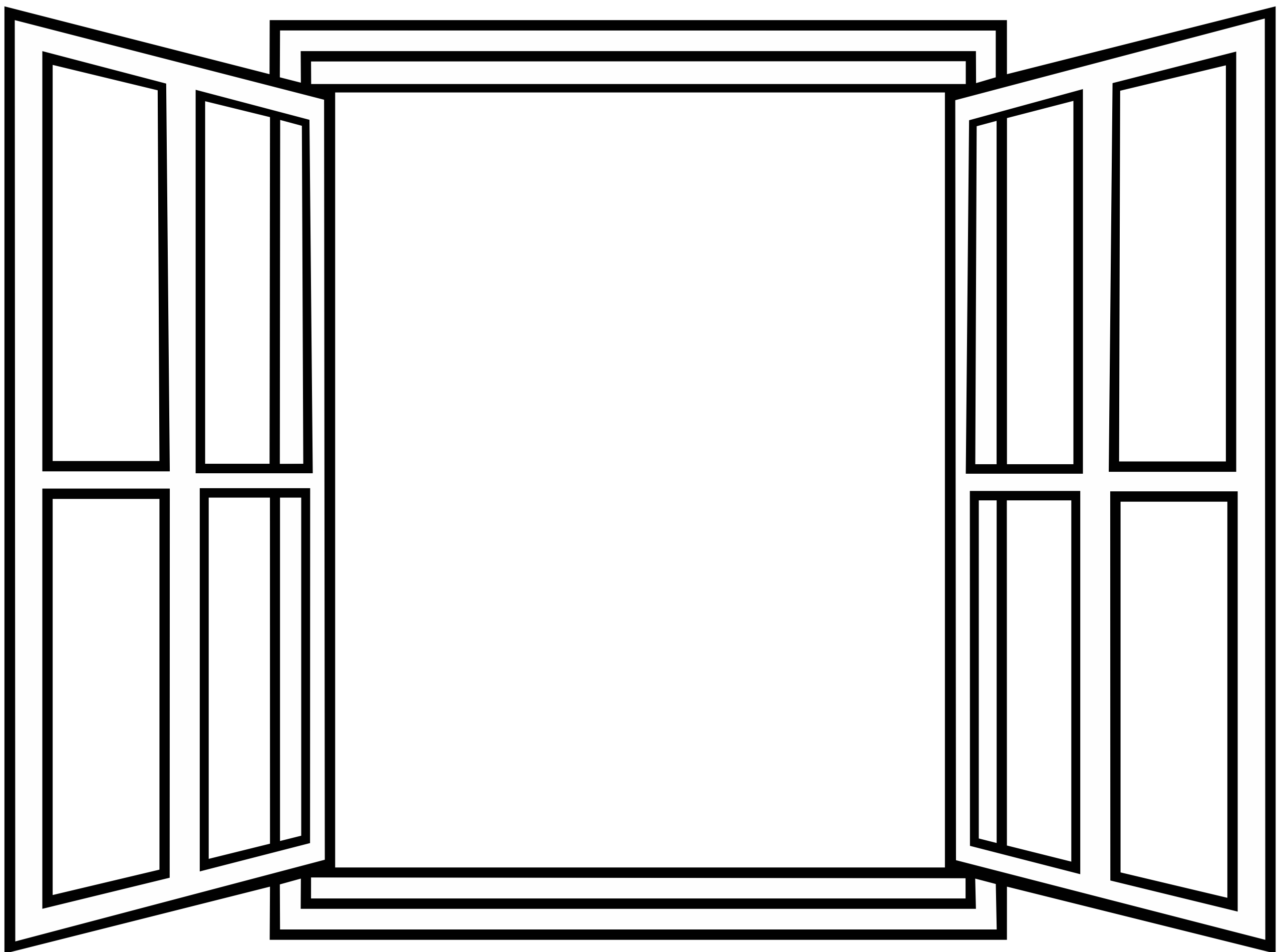


7 Ferestre ale Sinelui

Un scurt ghid pentru un jurnal cu emoții și conștientizări.

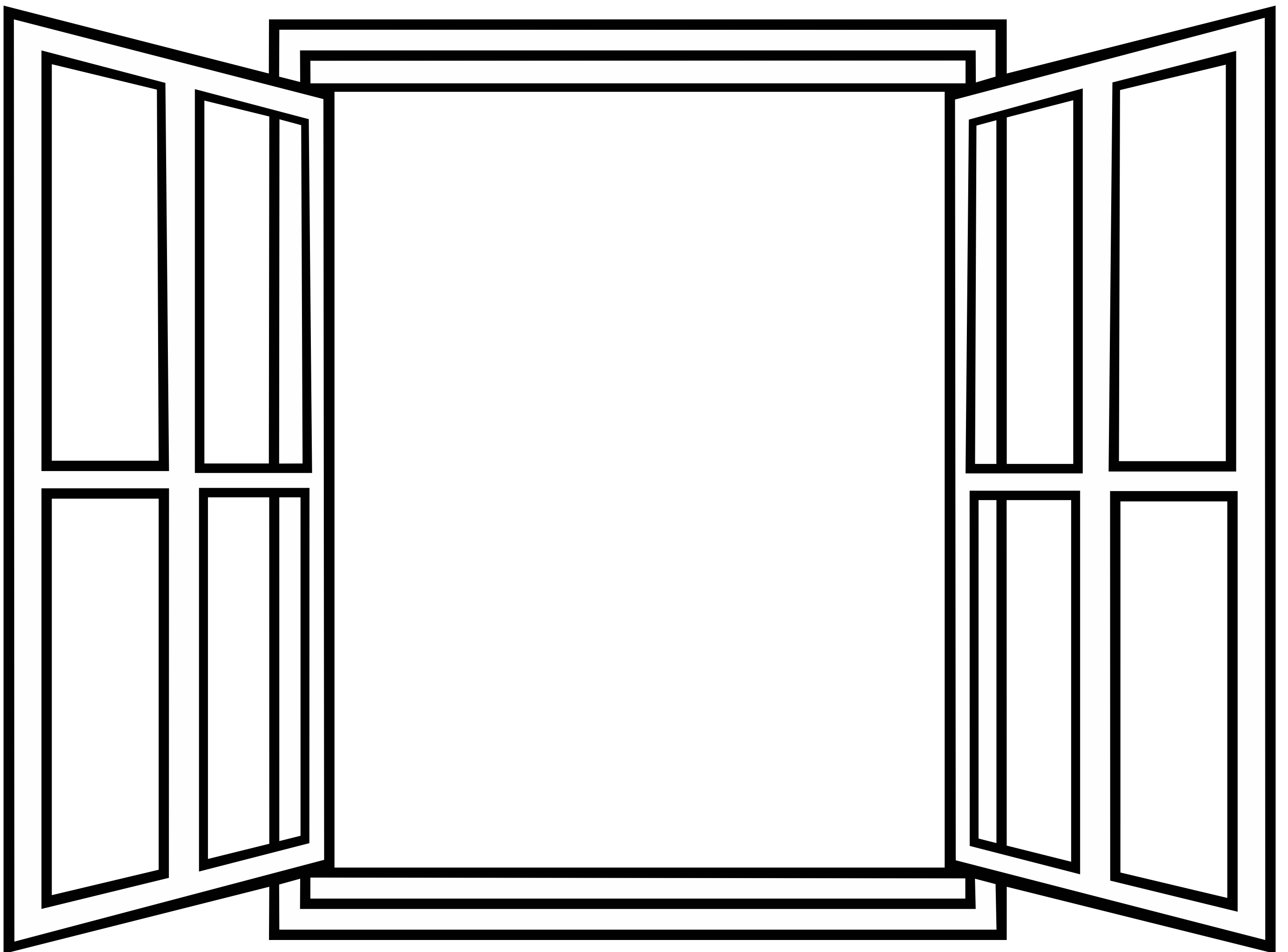
Tip: printează aceste pagini și notează în interiorul ferestrelor ce simți, unde simți, cum ar arăta ceea ce simți ori amintiri care ies la suprafață.



7 Ferestre ale Sinelui

1. *Fereastra Tăcerii*

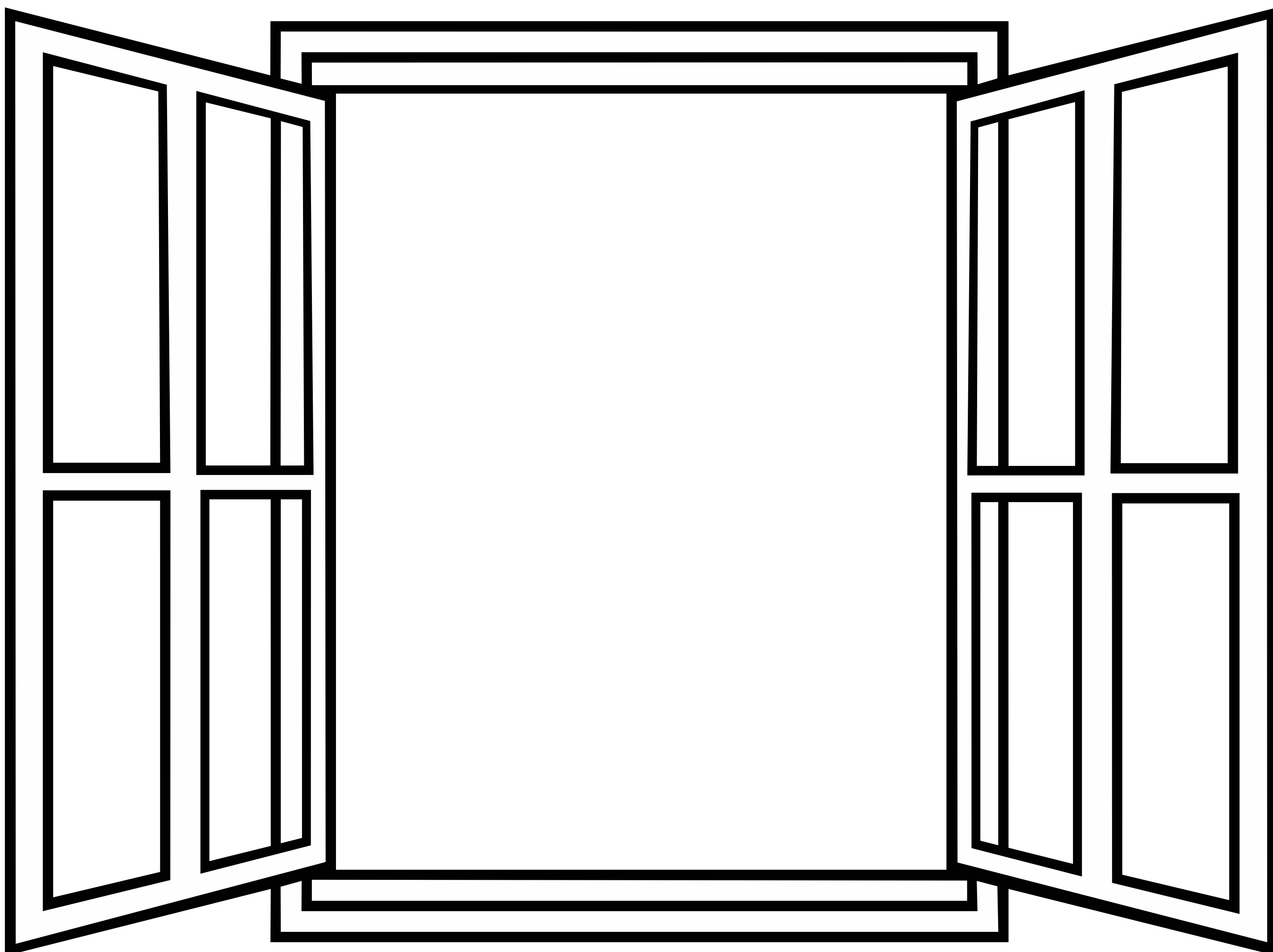
Ce auzi atunci când e liniște în jur?



7 Ferestre ale Sinelui

2. *Fereastra Amintirilor*

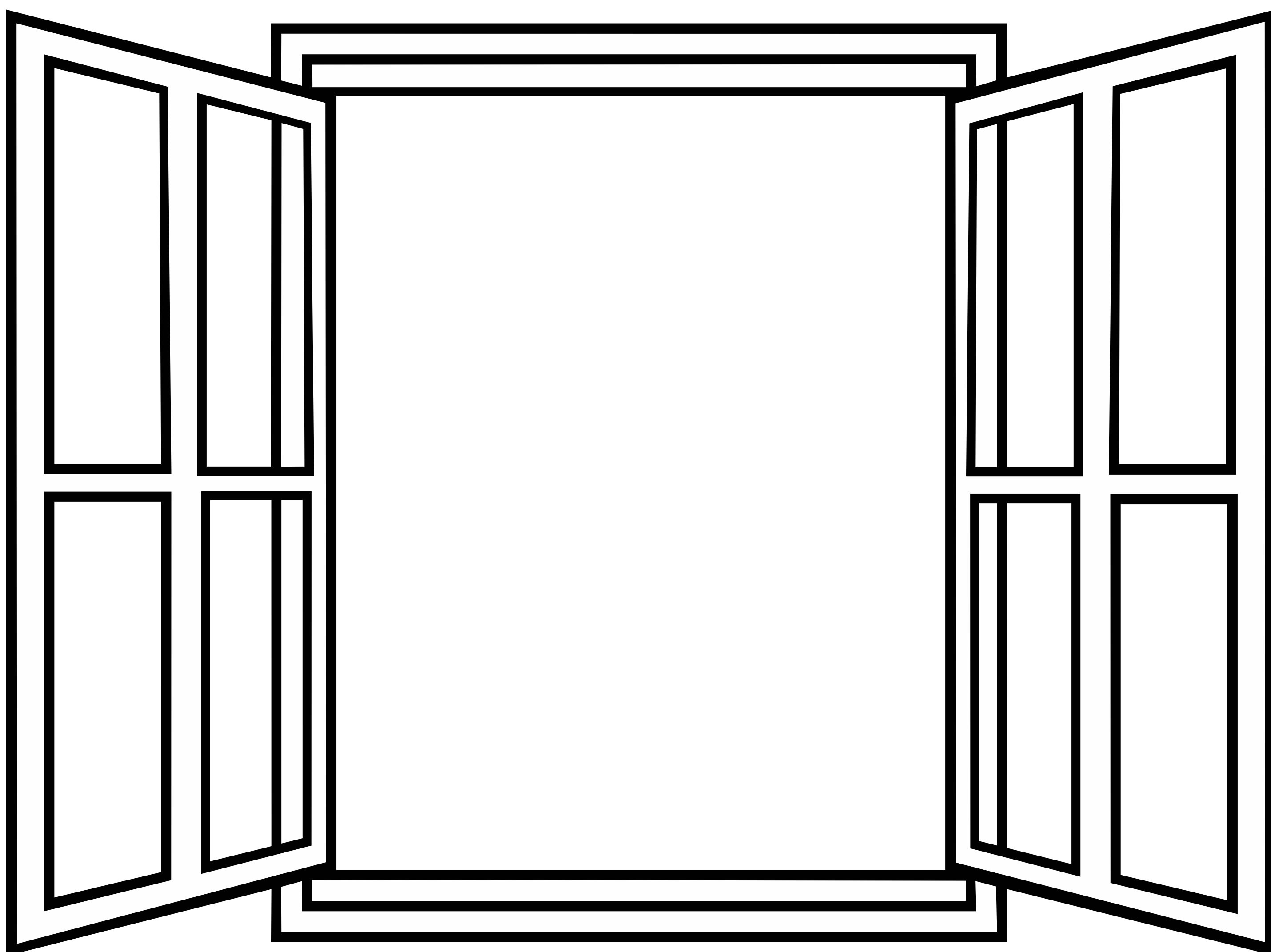
Un loc sau un moment care încă trăiește în interiorul tău.



7 Ferestre ale Sinelui

3. *Fereastra Fricilor*

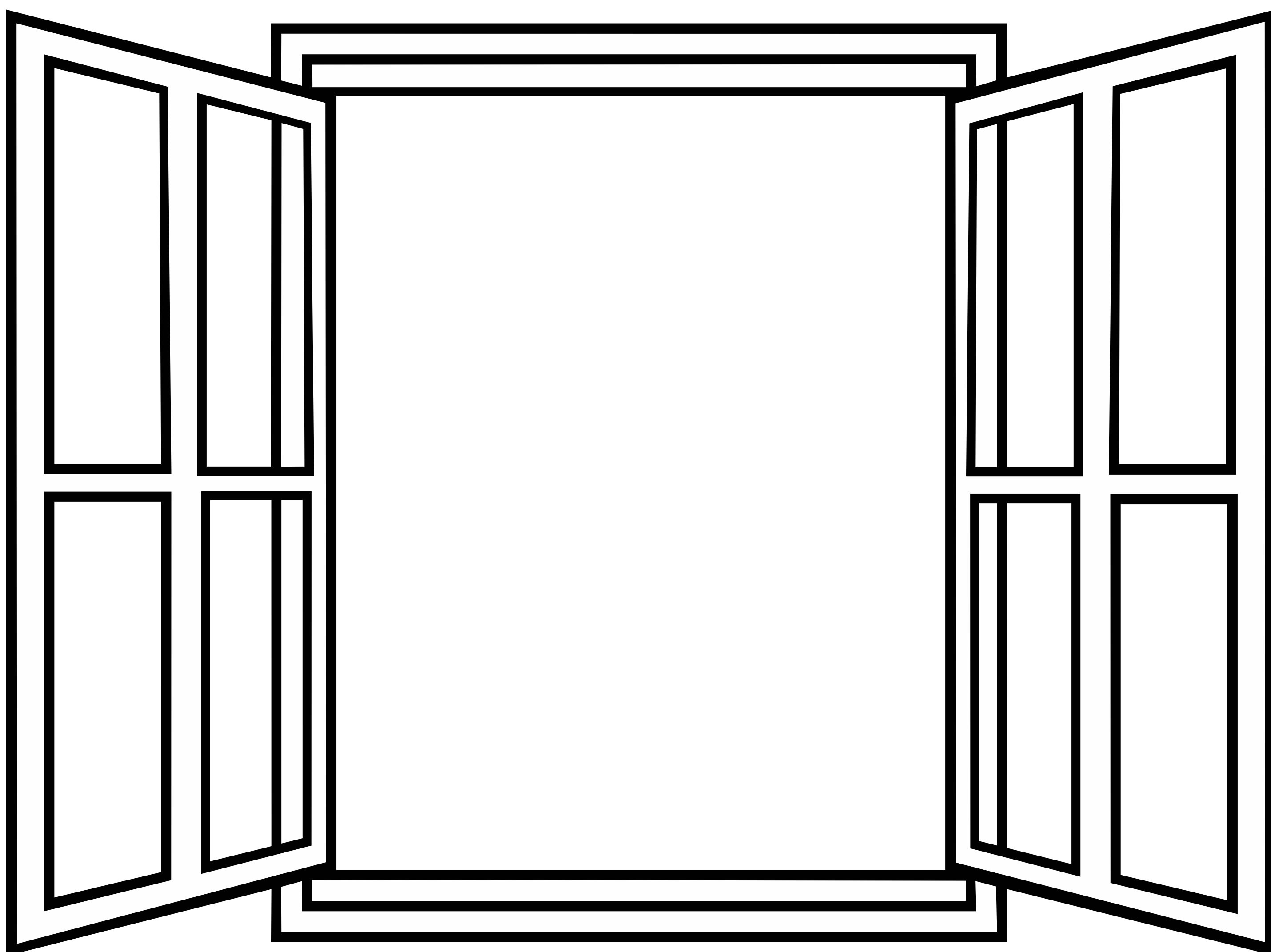
O umbră care protejează ceva fragil.



7 Ferestre ale Sinelui

4. Fereastra Surprizelor

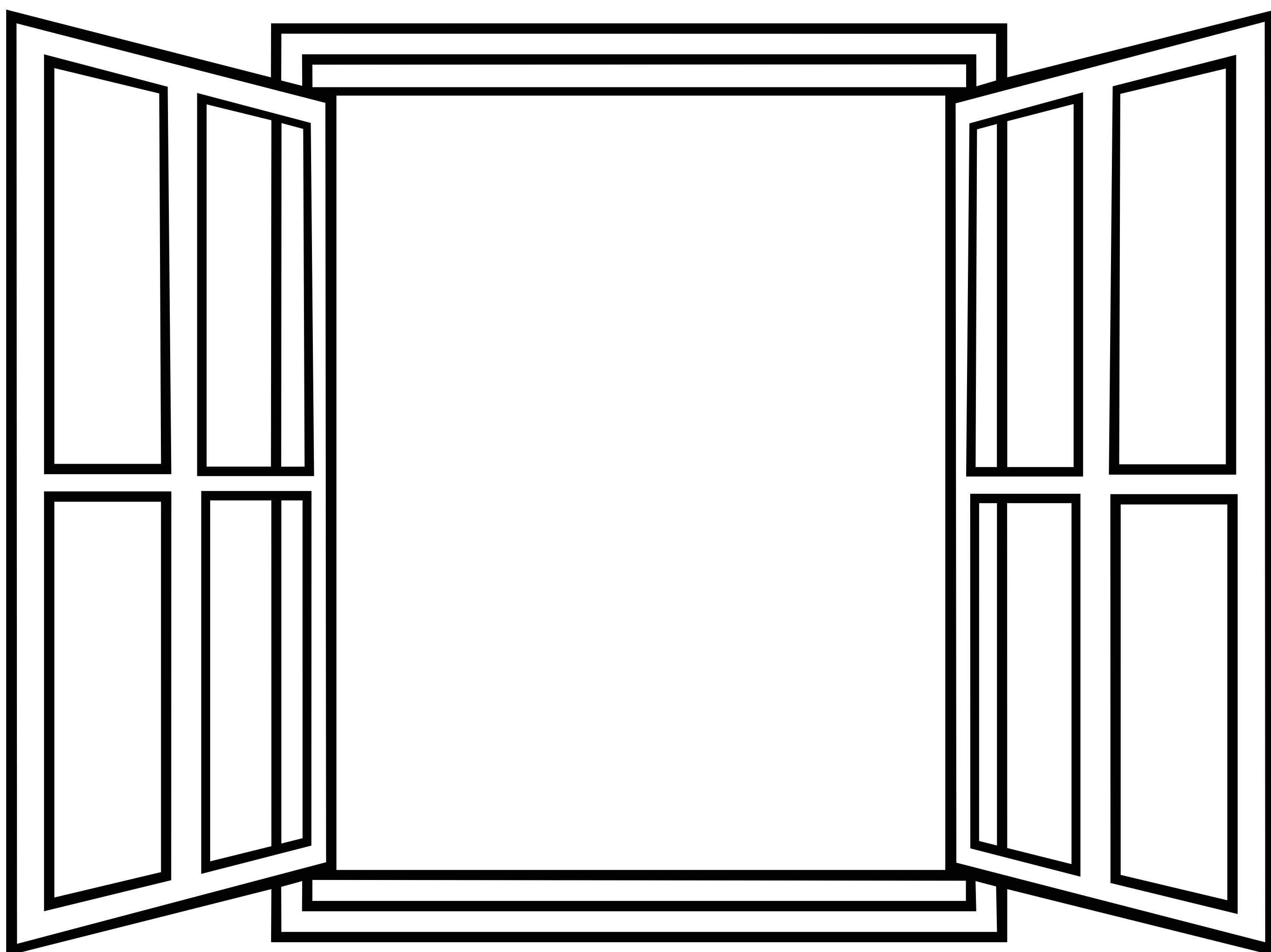
Ce te surprinde la tine în ultima vreme?



7 Ferestre ale Sinelui

5. *Fereastra Furiei*

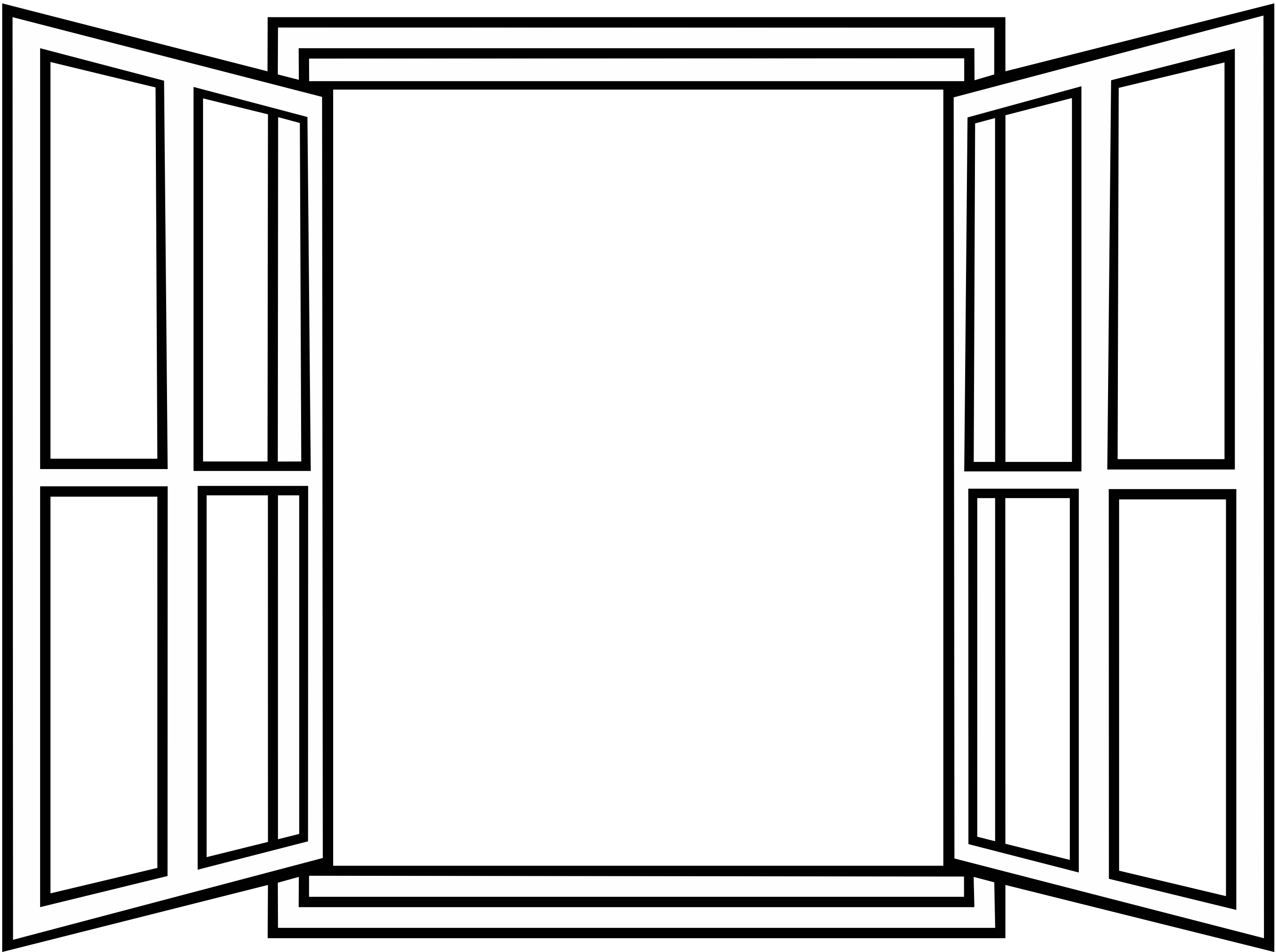
Vocea a ceva ce vrea să iasă.



7 Ferestre ale Sinelui

6. Fereastra Conexiunii

Cine te ajută să te vezi mai clar?



7 Ferestre ale Sinelui

7. *Fereastra Transformării*

O versiune a ta în care ești pregătit să te transformi.

