

# 新月のアファメーション

## Affirmation



- ・新月に入った瞬間から8時間以内に願い事リストを作る。
- ・手書きで書く。
- ・願い事は2件以上10件以内にする。
- ・自分を主体に書く。
- ・自分を信じる。
- ・願いは1件につき1文にする。
- ・現在形、または完了形で「します」「しました」と書く。
- ・否定文ではなく肯定文で書く。
- ・難しい問題はいくつかの願いに分けて、多面的にアプローチ。
- ・自分の直感を信じてぴったりした表現で書く。
- ・願いを書いたら日付を書いて保存しておく。

今月の新月 2022年6月29日 11:52 蟹座 記入日 2022年 月 日 :

### キーワード

心のよりどころ、家庭・家族、安定、帰属意識、成長、親密さ・慈愛、いたわり、共感  
感情・気分、やさしさ、育成、助けてあげる、解放、不安感、独占欲、過剰な自己防衛

Blank space for writing affirmations, featuring horizontal dashed lines.