Renouveller ses pensées selon ce que dit Dieu

Je suis une incapable.	>	Je suis compétente car Dieu me donne les capacités dont j'ai besoin.
Je suis laide.	>	Je suis belle car Dieu m'a désirée comme je suis.
Je suis stupide.	>	Je possède une intelligence renouvelée par Dieu.
Je n'y arriverai jamais.	>	Je sais que je peux atteindre mes objectifs car Dieu m'accompagne dans tout ce que j'entreprends.
Je suis inutile.	>	Dieu m'a placée ici pour accomplir sa volonté.
Je n'ai aucune qualité.	>	Dieu m'a créée avec des dons que je dois faire fructifier.
Personne ne m'aime.	>	Je suis aimée de Dieu d'un amour inconditionnel.
Je mérite de mourir.	>	Personne ne mérite de mourir, ma vie est précieuse pour Dieu et je veux la vivre pleinement.
Je suis une mauvaise personne.	>	Dieu m'a rachetée, il m'a pardonnée toutes mes fautes parce qu'Il m'aime.
C'est trop difficile.	>	C'est difficile mais je sais que Dieu m'accompagne et que je peux compter sur Lui pour me relever dans l'épreuve.
Je suis seule.	>	Dieu est toujours avec moi, je peux Lui parler quand je le désire.
De toute façon, ça ne changera jamais.	>	Je crois que Dieu peut transformer mes situations compliquées en opportunités pour devenir quelqu'un qui lui ressemble.