

Clarté

Si nous désirons réellement vivre les désirs de notre Âme et accomplir les réels desseins de notre incarnation, alors nous devons être clairs sur certaines choses, c'est-à-dire mettre en évidence nos non-négociables, nos valeurs et les choses/personnes que l'on accepte ou pas dans notre environnement.

Quand je parle d'environnement ce sont toutes les pensées, les paroles émises par d'autres et qui viennent coloniser nos esprits et donc nous ralentissent dans notre avancée pour nous maintenir au même stade qu'eux.

Garder cette feuille à vue nous permet de revenir à notre essentiel et à poser à nouveau certaines limites si besoin. Cette feuille agira comme un garde-fou ou comme soutien moral dans les moments critiques où l'extérieur aura plus de poids par rapport à vos mises en oeuvre.

Notez ici vos NON-NÉGOCIABLES

Exemple : travailler de telle façon, selon tel horaire / ne pas être présent pour ses enfants à la sortie d'école / ne pas pouvoir voyager X fois dans l'année / laisser les autres nous dicter leurs croyances / accepter moins que ce que vous sentez acceptable au fond de vous ...

Clarté

Notez ici vos valeurs

Écrivez-en 3 et pourquoi elles sont importantes pour vous !

Exemple : liberté, famille, partage, solidarité, découverte, justice, simplicité etc ...

Notez ici ce que vous acceptez et ce que vous n'acceptez pas

Exemple : "je n'accepte pas que (cette personne) me dise ce que je dois faire", "je n'accepte plus de personnes négatives dans mon environnement", "j'accepte plus de moments de partages avec des gens qui ont les mêmes valeurs" etc