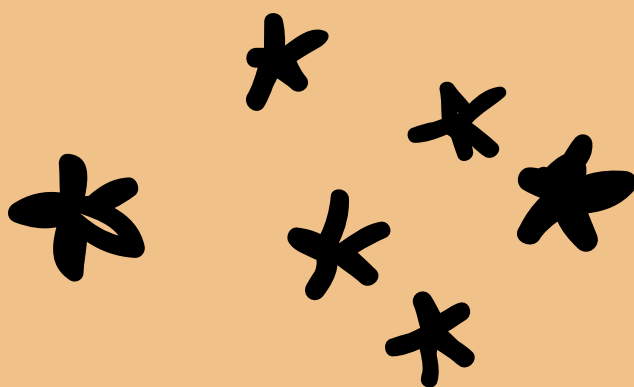


Cahier
De
RÉFLEXION



10 questions
puissantes pour te
libérer du rejet et de
la peur du regard des
autres.



Avant de commencer...



Installé de façon confortable, tu es centré dans ton cœur ❤️ subtil, au centre de la poitrine. Les yeux fermés, tu te laisses respirer ; le corps se détend tranquillement. Avec douceur, tu fais vibrer le mantra AMOUR, comme si tes lèvres se trouvaient au niveau du chakra du cœur.

La douce vibration se répand davantage dans ton corps et tu savoures l'énergie générée par le mantra AMOUR AMOUR AMOUR.

Tu peux à présent prendre un cahier et un stylo et répondre aux questions suivantes ?

Qu'est-ce que tu désires réellement ?

-
-
-
-
-
-

Que te dit ton cœur ?

-
-
-
-
-
-



De quoi doutes-tu ? De quoi as-tu peur ?

-
-
-
-
-
-

Quelles sont les bénéfices pour toi à rester dans ta réalité actuelle ?

-
-
-
-
-
-



Si tu n'en avais rien à faire du regard des autres, comment te comporterais-tu?

Comment ta vie évoluerait-elle ?

-
-
-
-
-
-

Si ta vie s'arrêtait là maintenant :

- quels seraient tes regrets ?
- qu'est-ce que tu aimerais avoir été, avoir fait, avoir dit ?

-
-
-
-
-
-



Si tu étais sûre que tu ne pouvais échouer, quels choix ferais-tu ?

-
-
-
-
-
-

Comment te sentiras-tu lorsque tu auras fait ces choix ?

-
-
-
-
-
-



Qu'est-ce qui aura changé en toi ?

-
-
-
-
-
-

Que pourrais-tu faire AUJOURD'HUI comme petite ou grande action qui te rapprocherait de tes rêves ?

-
-
-
-
-
-



En conclusion, je te laisse avec cette dernière question :

Qui es-tu pour priver le monde de TA Lumière unique ?

**Merci beaucoup d'apporter
ta vibration unique à ce
monde car il en a tellement
besoin !!!**



Notre peur la plus profonde n'est pas que ne soyons pas à la hauteur. Notre peur la plus profonde est que nous soyons puissants au-delà de toutes limites. C'est notre lumière et non nos ténèbres qui nous effraie le plus.

Nous nous demandons : Qui suis-je pour être brillant, magnifique, talentueux, et fabuleux ?

En fait, qui es-tu pour ne pas l'être ? Tu es un enfant de Dieu. Te restreindre et te voir petit ne rend pas service au monde. Il n'y a rien de brillant à se diminuer afin que les autres ne puissent pas se sentir menacés autour de toi. Nous sommes tous nés pour briller, comme des enfants le font.

Nous sommes nés pour rendre manifeste la gloire de Dieu qui est en nous. Elle n'est pas seulement chez certains d'entre nous, elle est en chacun de nous.

Marianne Williamson, Un retour à l'amour

