



CARTE DES DESIRS - DANIELLE LAPORTE

15- Analyse des rêves

Nous avons les sentiments essentiels que nous désirons ! Nous sommes clairs ! Nous sommes encouragés ! Faisons quelques projets.

Tout d'abord, nous allons laisser partir certains vieux rêves pour faire place à de nouveaux rêves qui sont en accord avec la vérité de qui vous êtes.

Il y a des rêves de vie que vous portez dans votre cœur depuis un certain temps. Nous allons maintenant procéder à une analyse des rêves. Pour deux raisons : maintenant que vous avez identifié vos sentiments de désir essentiels, vous devez les analyser,

Il se peut qu'ils ne soient pas au service de vos sentiments désirés. Ils pourraient vous avoir éloigné du centre de votre cœur. Si c'est le cas, il est probablement temps d'ajuster cette vision ou de l'abandonner complètement.

L'autre raison pour laquelle vous allez passer en revue vos rêves de vie maintenant est que certains de vos grands désirs de vie sont déjà en parfait alignement avec vos sentiments de désir fondamental.

Nous allons mettre ces visions au premier plan et les intégrer à vos sentiments de base - c'est ainsi que vos CDF deviennent un outil de manifestation positive. Nous utilisons nos SENTIMENTS pour informer notre PERCEPTION qui informe nos ACTIONS, et alors, notre réalité extérieure commence à prendre forme.

Certains d'entre nous ont eu de grands rêves qui se sont étalés sur plusieurs années. D'autres ont des objectifs plus courts, plus clairs et plus actuels. Par exemple, le Grand Rêve pourrait être : "courir un marathon pour mon 35^e anniversaire", ce qui n'arrivera que dans quelques années et vous êtes toujours sur le canapé. Par conséquent, un objectif évident pourrait être : "Courir ma première course de 5 km au printemps". Il se peut que vous rêviez d'un partenariat engagé, mais qu'aucun objectif spécifique ne soit associé à ce désir. Il se peut aussi que vous gériez votre vie amoureuse comme un chef : "Engager un entremetteur avant la fin du premier trimestre, avoir 4 rendez-vous au deuxième trimestre, organiser le

mariage au quatrième trimestre". Cela pourrait fonctionner. Si c'est le cas, invitez-moi au mariage. J'adore les mariages.

Voici la question cruciale que vous devez vous poser : Quels sont les rêves ou les objectifs qui correspondent à chacun de vos sentiments désirés ?

Voici une autre façon de le dire : Lorsque vous imaginez que l'un de vos rêves se réalise dans ce scénario futur, ressentez-vous les sentiments qui vous sont chers ? Ou bien ce rêve vous a-t-il éloigné de votre cœur ?

Vérifier les objectifs avant de les fixer.

Nous devons parler des objectifs. J'ai des sentiments mitigés à l'égard des objectifs. Ce qui est ironique, c'est que la cartographie des désirs a commencé comme un système pour fixer des objectifs - des objectifs avec une âme. C'est ce qui l'a distingué au fil des ans ; la cartographie du désir met l'ensemble de votre personne à l'ordre du jour.

Nous vivons dans une culture obsédée par les objectifs. Vous l'avez peut-être remarqué. Le terme "objectif" suscite des réactions très diverses.

J'ai interrogé des milliers de personnes pour connaître leur opinion sur la fixation d'objectifs et voici ce que j'ai obtenu :

Je note constamment mes objectifs, mais je ne suis pas très doué pour élaborer un plan en vue de les atteindre.

J'oublie si je suis bloqué, mais je continue si mon désir est assez grand.

Fixer des objectifs, ça craint.

J'adore me fixer des objectifs - je me sens plus fort et plus enthousiaste.

Les objectifs m'embrouillent.

Le truc, c'est d'avoir un calendrier.

Ils me terrifient.

Se fixer des objectifs, c'est génial ; travailler pour les atteindre, c'est une autre histoire ! Je m'ennuie. Ambivalent. J'ai l'impression d'être un fardeau, alors j'ai arrêté et j'ai laissé la liberté régner.

Je préfère avoir une vision et m'aligner sur elle. Je préfère le terme "objectif". Claustrophobe. Sans limite et inspiré. Je ne suis tout simplement plus intéressé par la réalisation de quoi que ce soit, parce que je n'ai pas l'impression que cela en vaille la peine ; c'est toujours lié au sentiment que je dois devenir quelqu'un et j'en ai assez. Si je n'ai pas d'objectifs, je me sens perdue. Est-ce que "vivre ma vie" est un objectif ?

Je suis content d'avoir posé la question. C'est surtout parce que j'étais une de ces personnes qui pensaient que la fixation d'objectifs était le seul moyen de créer de l'élan dans ma vie. Mon rapport aux objectifs a évolué au fil du temps.

Pour moi, se fixer des objectifs est à la fois un peu absurde, un peu inspirant, pas tout à fait juste et peut-être génial.

Voici une définition communément admise : "Un objectif est quelque chose que l'on veut obtenir d'une certaine manière et dans un certain délai. Je n'ai pas souvenir de beaucoup de choses que j'ai obtenues d'une certaine manière, à un moment donné, et que je voulais.

J'ai créé beaucoup de choses dont je suis fier. Je ressens régulièrement une joie profonde. On pourrait facilement me qualifier d'ambitieuse, mais j'ai rarement atteint mes "objectifs". J'ai carrément échoué dans beaucoup d'entre eux - je n'ai même pas réussi à atteindre les chiffres que je m'étais fixés, ni à saisir l'opportunité de changer de carrière, ni à mettre cette relation particulière sur les rails.

Ou bien, en cours de route, j'ai complètement changé de cap et j'ai remplacé mon objectif initial par quelque chose de beaucoup plus satisfaisant. J'ai changé d'avis.

Parfois, j'ai atteint un objectif bien plus tard que prévu et, même si je l'ai atteint, je me suis sentie perdante d'avoir mis autant de temps à y parvenir.

Je me sens généralement en retard de cinq à dix ans sur mes principales aspirations de vie ; tout ce que j'accomplis aujourd'hui, je me dis que j'aurais dû le réaliser il y a des années.

Et puis il y a eu ces occasions extraordinaires où j'ai dépassé mon objectif, auquel cas je me suis sentie idiote d'avoir pensé si petit au départ. En fait, j'aurais dû demander plus. J'aurais dû demander plus.

Tous les objectifs que j'avais l'habitude de me fixer, en partie pour me sentir comme un entrepreneur cool, nuisaient à ma tranquillité d'esprit et contribuaient à mon complexe de ne jamais être assez grand, assez aimant, assez prospère, assez stratégique, assez évolué, assez populaire. Assez.

Vous comprenez donc pourquoi je suis ambivalente à l'égard de la fixation d'objectifs stricts. Je veux donner le meilleur de moi-même dans la vie, mais je ne suis pas de nature très compétitive. Et j'ai confiance dans le fait que tout arrive pour une raison, même si nous ne pouvons pas la comprendre. Nous avons le libre arbitre. Je crois que Dieu évolue à travers nous. Je ne crois pas au destin, tout peut arriver.

Mais nous devons avoir des plans, une carte, des rêves, de l'espoir. Comme il est dit dans les Proverbes : "Sans vision, nous périssons".

Ce qui n'a pas fonctionné pour moi dans le passé avec la poursuite d'objectifs, c'est ce que la poursuite a fait naître en moi. Je recherchais des choses - des récompenses, des privilèges, des chiffres - pour me prouver que j'étais à la hauteur, et je m'y prenais d'une manière arrogante. Essayer de prouver votre valeur et votre force vous fait sortir de votre zone de confort. C'est une recette pour l'épuisement professionnel.

Voici où j'en suis aujourd'hui : J'ai des intentions et mon intention première est de créer des expériences enrichissantes pour moi-même, mes proches et les personnes pour lesquelles je fabrique des objets.

Mon "but", pour ainsi dire, est de vivre dans mon corps de joie... d'être dans la PRESENCE. C'est l'approche de la création basée sur le cœur.

Quant à la création dans le monde extérieur - dans mes affaires et dans ma vie personnelle, j'ai des objectifs.

Absolument. Vendre un certain nombre de livres, avoir une année financièrement rentable, collecter x dollars pour une cause. Il y a beaucoup de choses que je pourrais quantifier et vers lesquelles je pourrais diriger mes efforts. Toutes ces choses contribueront à mon bonheur. Mais ce ne sont pas elles qui dirigent tout. Ce qui me guide en tant que personne créative, c'est une intention singulière : faire des choses que l'on se sent bien de faire.

Je pense que nous voulons tous être vus, respectés et abondants. Ce sont les avantages supplémentaires de vivre avec son cœur. Le principal avantage est de vivre avec son cœur et de rester concentré sur sa raison d'être. Si nous perdons de vue cette raison d'être, tout ce que nous faisons et réalisons ne devient qu'une corvée.

Visez, bien sûr, mais ne laissez pas vos objectifs extérieurs prendre le pas sur vos sentiments profonds.

Car le voyage d'aujourd'hui doit être ressenti comme vous voulez que la destination soit ressentie. Vous devez vous efforcer d'atteindre vos buts, vos intentions et vos objectifs de manière à vous sentir bien maintenant. Et vous savez déjà ce qui vous fait du bien ; vous l'avez nommé dans vos sentiments profonds.

Cela nous ramène à l'autonomie - l'essence même de la cartographie des désirs. Si vous n'obtenez pas ce que vous vouliez des circonstances extérieures, mais que vous vous concentrez sur votre bien-être intérieur, vous pouvez vous remettre plus rapidement de la déception.

Favoriser les sentiments positifs augmente votre flexibilité, votre résilience, votre efficacité et votre magnétisme.

Se sentir bien sur le chemin de votre vision ne signifie pas que vous ne travaillez pas d'arrache-pied pour obtenir ce que vous voulez. Cela signifie que vous travaillez avec joie.

Vous ne vous plaignez pas de ce qu'il faut faire pour que les choses arrivent parce que vous avez fait un choix conscient ! Vous le faites vraiment pour l'amour.

Et parfois, ce travail est terrifiant, éprouvant et exaltant. Faire du vélo sous une pluie battante. Des réécritures tard dans la nuit. Lutter pour ouvrir son cœur après l'avoir fermé. Honorer sa parole alors qu'il serait plus commode de changer d'avis. Mais lorsque vous êtes connecté à l'intention la plus importante - honorer la sagesse de votre cœur, et pas seulement faire vos preuves - et que vous apportez du plaisir au processus, vous pouvez réaliser des exploits étonnants. Vous pouvez créer une vie que vous êtes enthousiaste de vivre.

À propos d'enthousiasme

En élaborant vos plans et en définissant vos intentions, vous allez vous poser cette question, encore et encore : Qu'est-ce qui m'enthousiasme le plus ?

C'est la clé. Il s'agit de savoir ce qui vous illumine le plus. Il s'agit de ce qui vous fait vibrer. Peu importe que cela puisse être intimidant et déraisonnable. Qu'est-ce qui vous enthousiasme le plus ? L'enthousiasme vibre à un niveau de conscience plus élevé. Lève-toi !