



CARTE DES DESIRS - DANIELLE LAPORTE

18 - LA CARTE DES DESIRS COMME PRATIQUE DE VIE + OUTILS DE SOUTIEN

Si vous êtes arrivé jusqu'ici, vous êtes un héros. Je suis le président de votre fan club, mais techniquement, je serais le premier ministre de votre fan club parce que je suis canadienne.

Écoutez, cela ne fonctionne que si vous l'utilisez tous les jours. La quatrième partie de cette expérience est donc consacrée au Manuel de la carte des désirs pour la vie. C'est toute la splendeur imprimée que vous allez recevoir.

Je l'ai vraiment conçu comme un catalogue de matériel de réflexion et de présence. Ce sont les pratiques clés. La pratique du centrage du cœur et la bénédiction des mots, et j'espère que vous les utiliserez régulièrement.

Il y a toute une catégorie pour la gratitude, pour le recadrage. J'adore le recadrage. Réflexion quotidienne, pratiques d'écriture, pratiques de respiration, des choses que vous pouvez afficher sur votre réfrigérateur. Des choses que vous pouvez vous dire lorsque vous vous regardez dans le miroir. Les désirs de ressentis sont profonds sont vivants et vous soutiennent.

- **1- pratique de centrage du coeur**
- **2 - Bénédiction de mots**
- **3 - Futur et présent**

MERCI

Je suis pleine de gratitude. Je ne considère pas votre présence, votre temps, vos clics, votre argent, votre attention ou vos bonnes paroles comme acquis.

Je suis conscient que beaucoup d'entre nous souffrent profondément, qu'ils sont fracturés, qu'ils souffrent socialement et qu'ils souffrent en privé. Et, vous savez, j'ai eu le sentiment que j'allais vivre une époque où il serait sur nos lèvres que c'était une époque sauvage pour être en vie, et c'est une époque sauvage pour être en vie, et c'est pour cela que nous pratiquons.

C'est pour cela que nous respirons. C'est pourquoi nous revenons à notre cœur. C'est pour cela que nous faisons du yoga, que nous mangeons sainement, que nous donnons de la drishti, que nous donnons de l'amour et que nous continuons à nous montrer. C'est le moment.

Le moment est vraiment venu. C'est le temps de l'amour. C'est le moment de revenir à une vraie réalité, et si vous ne l'avez pas encore compris, et je sais que vous l'avez compris, ce sont nos sentiments qui créent notre réalité.

Je tiens donc à vous remercier, et si je peux me permettre une requête, continuez à rentrer dans votre cœur. Lorsque vous rentrez chez vous, vous nous emmenez tous avec vous.

Merci d'être là. Tout mon coeur et mon amour.