



Odile Nicolas-Etienne

CARTE DES DESIRS - DANIELLE LAPORTE

10 - DECLAREZ VOS DESIRS DE RESSENTIS FONDAMENTAUX

Comment ça se passe ?

Est-ce que je continue à te demander comment ça va ?

J'aime bien prendre des nouvelles de cœur à cœur.

Vous savez, en tant que créatrice, je fais de mon mieux, je garde mon contenant propre, je me présente, je vous donne ce que j'ai, et le reste dépend de vous.

Mais ma prière est ainsi:

Votre liste de mots est super intéressante !

Et je vais continuer à vous demander comment vous vous sentez.

Techniquement parlant, vous devriez avoir une dizaine de mots environ.

Et maintenant, vous allez devoir les réduire encore plus.

Les questions pour le processus de réduction deviennent donc encore plus spécifiques.

Il faut garder à l'esprit la finalité du projet.

C'est pour bientôt.

Vous avez besoin, vous pouvez avoir besoin de tout ce que vous voulez, mais dans l'idéal, **vous aurez quatre ou cinq sentiments désirés fondamentaux.**

Et peut-être que vous êtes un adepte de la voie rapide et que vous savez déjà ce qu'ils sont.

Félicitations !

Mais permettez-moi de débiller quelques éléments supplémentaires pour vous, donc la définition des désirs de ressentis fondamentaux une fois de plus.

Gardez-la à l'esprit lorsque vous ferez vos choix définitifs.

Les sentiments essentiels que vous recherchez sont les états d'âme que vous préférez.

Ils sont porteurs de vie.

Ce sont des sentiments positifs et expansifs.

Ce sont les diverses expressions de l'amour et de la vitalité.

Vous serez en mesure de relier chaque désir de ressenti que vous choisirez à l'amour ou à la vitalité.

Les désirs de ressentis fondamentaux sont des qualités du cœur.

C'est indéniable.

Ils vous attirent dans la direction de votre moi supérieur.

Ils vous poussent à la gratitude, à la compassion pour vous-même et pour les autres, ce qui vous conduit à l'inclusivité, qui crée la générosité, ce qui est source de joie pour tout le monde.

Quelques questions finales pour vous guider dans vos choix.

Je placerais chacune de ces questions, à côté de chaque sentiment désiré que vous envisagez d'être l'un de vos gardiens.

Ce mot vous donne-t-il un sentiment d'expansion et d'énergie ?

Ce mot vous donne-t-il l'impression d'être enraciné et paisible ?

Ce mot vous donne-t-il l'impression d'être béni ?

Voici donc une petite mise en garde.

La théorie fondamentale de toute cette méthodologie est que nous ne comptons pas sur le monde extérieur pour nous faire sentir d'une certaine manière.

Oui, nous sommes en relation avec nos circonstances et notre environnement, mais nous essayons de ne pas rendre les circonstances responsables de nos émotions.

Nous prenons en charge, ou plus encore, notre propre épanouissement.

Je souhaite donc que vous trouviez des termes qui ne soient pas seulement inspirants, mais aussi réconfortants et apaisants.

Je veux parler de mon noyau de mots de désirs de ressentis, en fait.

Je pense que la moitié d'entre eux concernent simplement le fait de se sentir soutenu et réconforté par la vie.

Mais permettez-moi de souligner la manière subtile mais puissante dont les mots peuvent orienter notre énergie, et c'est la raison pour laquelle nous sommes ici.

Nous utilisons les mots pour orienter notre énergie afin de créer notre vie.

Les mots peuvent nous inciter à regarder vers l'extérieur, vers l'épanouissement, ou ils peuvent nous inciter à regarder vers l'intérieur.

Ainsi, nous nous tournons consciemment vers notre propre pouvoir intérieur, ou nous nous tournons inconsciemment vers le monde extérieur pour obtenir ce que nous voulons.

Essayez donc cette phrase.

Dites-vous : "Je veux me sentir aimé.

Je veux me sentir aimé".

Dites maintenant : je veux me sentir aimé.

Je veux ressentir de l'amour.

Ces phrases vous semblent-elles différentes ?

L'amour, en tant que substantif, semble donc plus centré et plus ouvert.

Il donne plus de pouvoir.

Aimé en tant qu'état me donne l'impression d'attendre que quelqu'un m'aime, ce qui n'est pas aussi puissant et valorisant.

Il s'agit donc d'être très attentif à l'utilisation de termes désignant des états d'âme, des sentiments potentiels, des sentiments désirés qui proviennent du monde extérieur.

Comme si la vie, la vie, était votre partenaire ou votre patron ou votre travail ou vos amis.

Comme si la vie allait vous faire ressentir cela.

Voici quelques exemples d'états d'âme qui peuvent dépendre d'une validation extérieure.

Respecté.

Imaginez-vous en train de dire ces choses.

Je veux me sentir respecté.

Mon principal désir de ressenti est d'être chéri.

Je veux me sentir admiré.

Honoré est un sentiment important pour les gens.

Etre vue était une considération importante pour moi, vue et entendue.

Je veux me sentir adoré, chéri, aimé.

Bien sûr, nous voulons tous ces choses, mais elles semblent dépendre de sources extérieures pour nous faire ressentir ces sentiments.

L'évolution de ces mots consiste à les rendre égocentriques de manière positive, mais aussi inclusifs.

Ainsi, adoré devient adoration.

Je veux ressentir de l'adoration.

C'est comme si vous pouviez recevoir de l'adoration.

Vous pouvez donner de l'adoration, vous pouvez être adoré.

Je veux me sentir soutenu, OK, soutenu peut se traduire par support ou soutien.

Encore une fois, cela vous met dans un état d'esprit psychologique où vous pouvez recevoir cette expérience et vous pouvez donner cette expérience.

Vous pouvez être soutenu, respecté devient respectueux.

Imaginez que vous viviez une vie pleine de respect, respectueuse.

Une autre distinction subtile que je tiens à souligner.
Certains d'entre nous ont tendance à trop donner.
C'est une expérience plus courante pour les créatures identifiées comme féminines.
Nous sommes toujours en mode d'aimer, de nourrir, d'organiser, de créer, d'embellir
et de motiver.

Si votre problème est d'en faire trop, d'être trop performant ou de trop donner, alors
soyez attentif aux mots, aux sentiments désirés qui vous maintiennent enfermé dans
le mode " faire ".

En gros, faites attention aux verbes.

Voici quelques exemples.

Dites-vous cette phrase : " Je veux me sentir aimant ".

Maintenant, dites ceci : je veux ressentir de l'amour.

Aimer, en tant que verbe, est quelque chose que vous devez faire.

Oui, être aimant est l'un des désirs et des intentions les plus délicieux et les plus
nourrissants qu'un être humain puisse avoir.

S'il vous plaît, je vais vous faire une demande personnelle.

Vouloir être aimant, mais pour certains d'entre nous, aimer en tant que choix est un
sentiment central désiré.

Pour certains d'entre nous, ce serait l'idéal.

Mais si vous choisissez un mot "faire" parce que vous pensez que vous devez vous
améliorer, vous rattraper ou faire vos preuves, alors ce n'est qu'un autre truc à faire.
S'en remettre à la sagesse de son cœur, c'est d'abord être présent, être aimant, c'est
en fait cela.

Puis, à partir de là, nous passons à l'action, vous savez, nous rayonnons ce que nous
sommes.

Alors soyez ce que vous voulez être.

D'ACCORD ?

Une fois que vous avez déclaré que vos principaux désirs de ressentis sont
extraordinaires, vous allez créer vos propres définitions des mots parce qu'ils doivent
fonctionner pour vous de toutes les manières possibles.

Voici donc la question.

Quelles sont les qualités essentielles de chacun de vos désirs de ressentis ?

Cela revient à considérer chaque mot, chaque DRF, comme s'il s'agissait d'une
personne.

Comment le décririez-vous ?

Les qualités essentielles sont les caractères ou les traits de ce sentiment.

C'est la façon dont il se comporte et se manifeste dans le monde.

C'est la façon dont vous voulez vous manifester dans le monde.

Donc, une fois que vous avez défini vos sentiments essentiels, comme pour de vrai, vous savez, laissez-les s'exprimer.

Ne tatoue pas ton DRF n'importe où, mais c'est déjà arrivé.

Je ne pense pas qu'il y ait eu d'énormes regrets.

Personne n'a essayé de me poursuivre en justice pour avoir tatoué ses sentiments les plus chers.

Maintenant laissez vous la possibilité de ressentir les mots pendant quelques semaines, vous pouvez y revenir et les ajuster pour qu'ils s'adaptent parfaitement. Comme je l'ai mentionné plus tôt, la dernière fois que j'ai créé ma carte pour moi-même - parce que je prends mes propres médicaments -, j'ai travaillé ces mots pendant un mois.

Je voulais vraiment sentir ce déclic.

Je voulais avoir un ensemble qui allait durer un certain temps parce que mon intention pour cette année est d'aller plus profondément dans mon cœur, des mots sur lesquels je pourrais vraiment m'engager.

Bon, c'est un art.

Ce n'est pas une science.

C'est un art. Ce n'est pas une science.

Très bien, c'est le moment.

Donc vous êtes sur le point d'affiner, maintenant que nous avons éclairci ce point. En ce moment précisément je pense à vous, si vous voulez, je pourrais être votre 32ème divinité pendant une minute.

Imaginez que je suis juste là et que je vais vous envoyer un peu de lumière et le genre d'amour qui amène de la clarté.

C'est une sorte d'amour ardent et je vais vous chuchoter à l'oreille les désirs de ressentis fondamentaux que vous souhaitez ressentir !!!