

# TO DO LIST

- 1 Se Choisir et le choisir pour vous réunir
- 2 Se connaître et savoir quel est sa valeur personnel, son trésor, son super pouvoir
- 3 Passe à l'action
- 4 Arrête la victimisation (excuses et plaintes)
- 5 Etre déterminé et aller jusqu'au bout de tout ce qu'on entreprends, rien lâcher (ex lire entièrement un livre)
- 6 Tenir ses engagements, sa parole et arrête de changer d'avis
- 7 Accepter ce qui se passe et se laisser traverser par ses émotions
- 8 Arrêter les mensonges et être honnête avec soi et les autres
- 9 continuer à apprendre, se faire former, se faire aider par un thérapeute, coach, etc...;
- 10 La prière est un moment sacré qui vous met en contact avec votre être supérieur
- 11 Ecouter son intuition, son âme et ses ressentis
- 12 Comprendre le langage de son autre
- 13 Se libérer des objets, liens souffrants qui ne nous correspondent plus
- 14 Jeter l'ancien pour faire de la place au nouveau (trie de photos, vêtements, placard, objet ancien, meubles, contacts, etc...)pour laisser entrer les nouvelles énergies
- 15 Régler toutes vos dettes au fur et à mesure, demandé des reports de crédits si besoin
- 16 Faire du tri dans ses ami(e)s
- 17 Se prendre un logement et devenir indépendant pendant la phase de séparation, arrêter de squatter chez les autres (parent, amie, enfant, etc...) passer la peur de l'insécurité
- 18 Etre en joie et accepter ce qui se passe et ce qui est
- 19 Arrêter ses addictions (cigarette, alcool, nourriture, dormir trop, les drogues, les masturbations compulsives, les médicaments, les écrans, les jeux, achat de vêtements etc...)

- 20 Manger équilibré et vivant le plus possible pour retrouver une belle énergie et boire de l'eau énergisée comme "la rosé de la reine, Mont Roucous"
- 21 Méditer le plus possible pour entrer en contact avec son soi supérieur et lâcher le mental.
- 22 Aligner et nettoyer vos chakras pendant la méditation en les visualisant
- 23 Se nettoyer régulièrement à la sauge; au palo santo ainsi que l'intérieur de votre logement
- 24 Réaliser des soins énergétiques, kiné, kinésiologie, ostéopathie
- 25 Communiquer chaque jour avec ses guides et les êtres de lumière
- 26 Rassembler le ciel et la terre
- 27 Se promener dans la nature et faire une activité sportive
- 28 S'aimer et se respecter
- 29 Accepter que son autre ait besoin de temps
- 30 Arrêter de se juger et de se saboter et stopper les justifications
- 31 Avoir des pensées positives (loi d'attraction) dire : j'annule et j'efface en cas de pensées négatives
- 32 Vivre l'instant présent
- 33 Etre dans la gratitude pour tout ce que vous avez déjà
- 34 Voir sa vulnérabilité
- 35 Dire sa vérité sans se juger
- 36 Lâcher la culpabilité et la honte
- 37 Faire des prières avec des neuvaines spécifiques, Marie qui défait les noeuds, de l'archange Mickael, du coeur immaculé de Jésus, de Saint Antoine, de Saint Benoist, de la famille divine,
- 28 Guérir son enfant intérieur, sa naissance
- 29 Ouvrir son coeur, son amour, son sexe
- 30 Manifestez qui vous êtes dans ce que vous aimez de plus beau qui soit pour vous