

OÙ JE ME SITUE DANS MA VIE ?

2^{IÈME} ÉTAPE,

Les éléments clés de la réussite du Feng Shui Occidental sont :

- la réflexion sur le choix de notre lieu de vie,
- l'observation de ce que nous avons installé sur nos murs
- et l'identification de notre mission de vie, de notre but.



Les demandes d'analyses Morpho-décoratives restent parfois sans suite, lorsque je demande l'envoi d'un courrier expliquant le but recherché et la motivation.

En effet, je reçois, parfois, comme réponse : « mais je veux tout ! ». Et c'est justement, là où le bas blesse : « Tout veut dire rien » !

L'important dans une analyse psychodécorative est la motivation à l'implication des occupants du lieu et la détermination des objectifs.

Nous ne sommes pas des êtres physiques venus faire des expériences spirituelles, mais à l'inverse des êtres spirituels venus faire des expériences physiques.

Lorsque l'image que nous reflétons n'est pas en accord avec notre âme, nous nous sentons en décalage et ressentons un mal-être. Lorsque notre lieu de vie n'est pas en adéquation avec « qui je suis », nous mettons la confusion dans le contact avec nous-même mais aussi avec les autres.

Nous sommes venus sur terre avec une mission de vie : réparer notre Karma et évoluer. Notre rôle et notre objectif est de veiller à ce que notre véhicule terrestre, c'est-à-dire notre corps physique mais aussi notre 8^{ième} corps, notre maison s'aligne avec notre Âme.

Beaucoup d'humains encore maintenant, agissent au niveau de l'Ego, d'autres sont dans le déni ou l'évitement. Lorsque nous sommes déconnectés de notre Âme, nous vivons des situations qui nous font souffrir. Certains préfèrent rester dans leur labyrinthe par peur de changement. Le hors piste demande beaucoup de courage pour sortir de sa zone de confort, même si on y est mal.

Heureusement si vous êtes là aujourd'hui c'est que vous avez dépassé ces stades et que vous êtes dans la prise de conscience et la volonté de changement. J'ai 2 bonnes et une mauvaise nouvelle pour vous, je peux devenir votre copilote pour vous permettre de retrouver l'Amour de Soi, l'Estime de Soi, la Confiance en Soi. Mais la mauvaise nouvelle, c'est vous qui devez vous prendre en charge avec motivation et détermination. La 2^{ième} bonne nouvelle, c'est qu'en travaillant sur votre lieu de vie, sur votre corps physique, sur l'émotionnel et le mental, vous pouvez vous aligner à votre Âme.

Pour obtenir un changement durable, observable, évolutif et respectueux de vous-même, il faut savoir clairement ce que vous voulez. Dès que cette prise de conscience est faite, cela se réalise presque immédiatement. Mais avant d'atteindre ce stade de **clarté d'esprit**, il faut généralement un certain temps et vouloir y consacrer suffisamment d'énergie.

Soyez optimistes, l'heure la plus obscure précède de peu l'aube. La découverte de ce qu'on désire dans la vie est facilitée lorsqu'on découvre notre mission de vie, nos buts ultimes et si l'on se fixe des objectifs précis.

Notre ennemi le plus combatif est notre inconscient. Il adore les habitudes, il a horreur de changement et il fait tout pour nous empêcher de changer.

Quelle mission avez-vous ? Quel but poursuivez-vous ?

Inscrivez, dans votre carnet,

- le bilan de ce qui se passe dans notre vie (avec la roue de la satisfaction ci-dessous, vous approfondirez le bilan)
- de tout ce que vous ne voulez plus vivre
- et de tout ce que vous voulez vivre

1. Que voulez-vous obtenir comme résultat ?

Votre but doit être motivant. Attention de bien faire la différence entre but et objectif.

- Le but, c'est le résultat que vous voulez obtenir.
- Les objectifs, ce sont les actions mises en place pour se rapprocher du but.

2. Que pouvez-vous mettre en place dès aujourd'hui pour vous rapprocher de votre but ?

Tous les objectifs doivent être écrits car nous projetons notre énergie sur le papier et c'est également un facteur réducteur de stress.

Notre but n'est pas toujours atteignable, parce qu'il n'est pas à 100 % sous notre contrôle.

Vos objectifs sont des actions que vous allez mettre en place pour vous approcher du but que vous vous êtes fixé. Vous n'êtes pas obligé de vous y tenir, vous pouvez en changer quand vous sentez que c'est nécessaire ou quand vous le souhaitez. Vous ne devez pas non plus le poursuivre dans l'effort ou l'acharnement.

Se fixer des objectifs doit être, un jeu agréable et très gratifiant.

Le seul fait de choisir des objectifs peut éveiller en vous des **résistances émotionnelles** qui peuvent se traduire de différentes manières :

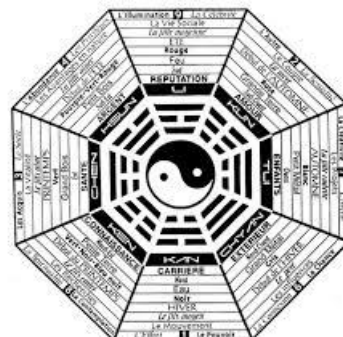
- se sentir déprimé,
- désespéré,
- accablé à l'idée d'établir un but précis.

Ces réactions émotionnelles sont autant de signes qui vous permettent de comprendre que, bien souvent, vous évitez de réaliser vos désirs.

Au début, commencez par des petites choses et souvenez-vous que vous pouvez modifier vos buts ou les faire évoluer au cours du temps.

Avant de vous fixer votre premier objectif, vous allez déterminer où vous en êtes dans votre situation actuelle. Dans votre carnet, réservez 12 pages, en haut de chacune des 10 premières pages, inscrivez les titres suivant :

1. **Valeur**, réputation, renommée, notoriété, popularité...
2. Amour, **vie de couple**...
3. **Projets**, créativité, inspiration, prévision...
4. **Enfants**, manque d'enfant...
5. Aide extérieure, **amitié**, relations avec les clients...
6. **Carrière**, profession, occupations...
7. Connaissance, instruction, culture, **sagesse**, éducation, compétence...
8. **Santé**...
9. Relations avec la famille, les **parents**...
10. Argent, **richesse**, style de vie...



MAINTENANT, CONCENTREZ-VOUS SUR VOTRE SITUATION ACTUELLE.

Dans votre carnet, sous chacune des rubriques, inscrivez ce que vous souhaitez obtenir ou améliorer à l'instant présent. Décrivez les situations d'une manière aussi idéale qu'il vous est possible et, ne vous limitez pas.

Pour vous aider à la réflexion, voici quelques pistes :

1. Valeur, **réputation**, renommée, notoriété, popularité...

Avez-vous confiance en vous ?
Vous sentez-vous respecté ?
Vous fait-on confiance ?

2. Amour, vie de couple...

Vous êtes seul(e) et souhaitez trouver votre double ?
Vivez-vous une relation de **couple harmonieuse** ?
Êtes aussi amoureux qu'au 1^{er} jour ?
Votre **couple** est-il dans le « métro – boulot – dodo » ?

3. **Projets**, créativité, inspiration, prévision...

Êtes-vous créatifs ?
Avez-vous des projets, des nouvelles idées ?
Vos projets se réalisent-ils facilement ?

4. **Enfants**, manque d'enfants...

Vos relations avec vos enfants sont-elles **harmonieuses** ?
Vous êtes en manque d'enfants ?
Vous ne voulez pas avoir d'enfant ?

5. **Aide extérieure**, amitié, relations avec les clients...

Avez-vous de vrais amis ?

Avez-vous des **amis** sur qui compter ?

Recevez-vous de l'aide facilement ?

Avez-vous de la chance au jeu ?

Votre clientèle est-elle **prospère** ?

6. **Carrière**, profession, occupations...

Aimez-vous votre métier ?

Comment évoluez-vous dans votre métier ?

Éprouvez-vous du **plaisir à travailler** ?

Votre carrière se fait-elle au détriment de votre vie privée ?

7. **Connaissance**, acquis, instruction, culture, éducation, compétence...

Avez-vous des facilités pour apprendre ?

Avez-vous **de l'intuition** ?

Avez-vous du temps pour la réflexion, **la méditation** ?

8. **Santé**,

Êtes-vous en bonne santé ?

Menez-vous une vie **équilibrée** ?

Êtes-vous stressé(e) ?

9. Famille, **relations avec la famille**, les parents...

Comment sont les relations avec vos parents, votre famille ?

Soupçonnez-vous dans votre famille des secrets, des non-dits ?

Comment s'est passée **votre enfance** ?

10. Argent, **richesse**, style de vie...

Possédez-vous une réserve financière en cas de besoin ?

Vous privez-vous ?

Gagnez-vous facilement de **l'argent** ?

MIEHH
Morphothérapie Intégrative Énergétique
de l'Habitant et de l'Habitat
Michèle Goessens

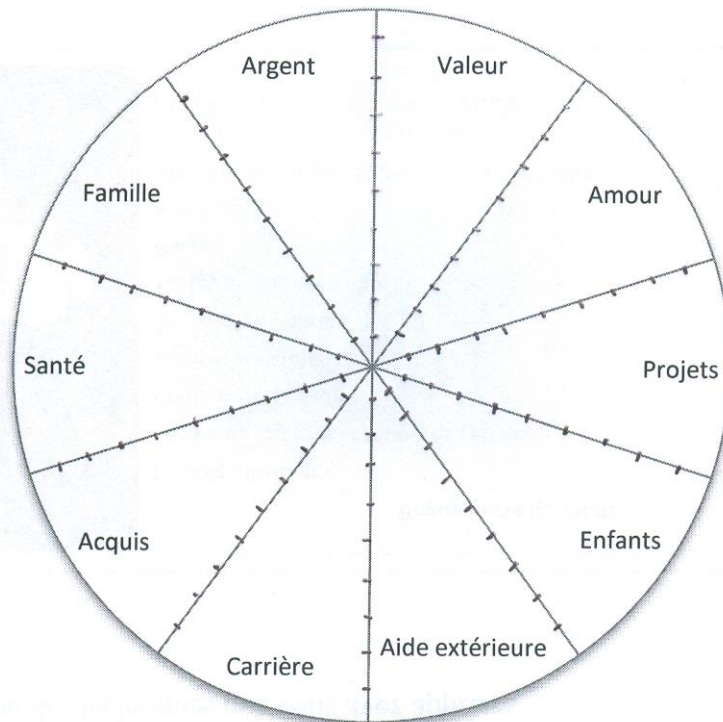
DÉTERMINEZ VOTRE SITUATION ACTUELLE

Voici l'outil qui va vous aider à faire le point sur le degré de satisfaction de votre situation actuelle.

Pour chaque secteur du Bagua, vous allez déterminer votre niveau de satisfaction (de 1, aucune satisfaction à 10, beaucoup de satisfaction) en coloriant plus ou moins chaque zone.

Si vous êtes pleinement satisfait, vous remplissez 100% de la zone, si vous êtes insatisfait vous ne remplissez pas la zone.

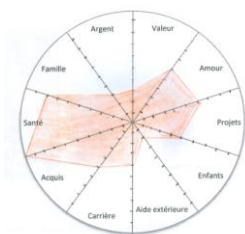
Votre situation aujourd'hui



Votre roue est-elle équilibrée ?

Lorsque vous regardez votre roue, que constatez-vous ?

Quelle est votre situation actuelle, dans quel domaine désirez-vous progresser pour l'instant ?



Exemple de roue

DÉTERMINEZ VOTRE OBJECTIF PAR RAPPORT À CETTE SITUATION

« Il n’y a de vent favorable que pour celui qui sait où il va ».

Sénèque

Vous avez à présent, les éléments nécessaires pour améliorer cette situation, il s’agit maintenant de vous fixer un objectif.

Rappelez-vous : se fixer un objectif, ne veut pas dire qu’il doit être poursuivi dans l’effort ou l’acharnement. Ne confondez pas objectif et intention, avoir l’intention ne suffit pas.

Pour définir votre objectif, pensez à la formule magique : SMART

S	<p>Spécifique*</p> <p>Quel est mon objectif, quel est le résultat précis que je veux obtenir ?</p> <p>.....</p> <p>Utilisez un verbe d’action</p> <p>Je.....</p>
M	<p>Mesurable, précis*</p> <p>Comment puis-je mesurer le résultat que je veux obtenir?</p> <p>.....</p> <p>Utilisez des chiffres, des indicateurs de mesures : en euros, en kilos..., de temps</p> <p>.....</p>
A	<p>Action*</p> <p>Quelles actions dois-je entreprendre pour réaliser mon objectif ?</p> <p>.....</p>
R	<p>Réaliste*</p> <p>Ai-je les moyens humains pour le réaliser, ai-je la possibilité de le faire ?</p> <p>.....</p>
T	<p>Temps fixé*</p> <p>Dans quel délai?</p> <p>Pour le201.,</p>

*L'objectif doit être formulé positivement, sous votre contrôle (je...), écologique (pas d'impact négatif pour les autres) et motivant.

Afin de vérifier, si vous n'avez aucun frein ou bénéfice secondaire à réaliser votre objectif, posez-vous les questions suivantes :

Quels avantages ai-je à atteindre l'objectif ?	Quels sont les désavantages à atteindre l'objectif ?
	
Quels sont les avantages à ne pas atteindre l'objectif ?	Quels sont les désavantages à ne pas atteindre l'objectif ?
	

Lorsque votre objectif est fixé, écrivez-le à la suite de votre carnet. N'oubliez pas d'ajouter en dessous de l'objectif, la date du jour, les mots : « ou l'équivalent ou encore mieux » et de signer.

- Pourquoi inscrire la date ?

Ce qui vous convient aujourd'hui, évoluera avec le temps et vous aurez besoin d'apporter des modifications.

- Pourquoi écrire « ou l'équivalent ou encore mieux » ?

Vous pensez pour l'instant que c'est ce qu'il y a de mieux pour vous, est-ce vraiment juste?

- Pourquoi signer ?

Notre signature est l'expression de notre propre personnalité, nous ne choisissons pas notre façon de signer par hasard. Lorsque nous signons, nous projetons notre énergie personnelle sur le papier, signer est une forme d'engagement. Lorsque vous signez un contrat, c'est parce que vous êtes certains de l'honorer. Signer un objectif, c'est s'engager à faire du mieux que vous pouvez pour le réaliser.

Si la majorité de vos plans ne débouche pas sur l'issue désirée, c'est peut-être que vous avez fixé la barre trop haute ou que vous avez un bénéfice secondaire à ne pas le réaliser.

Voici la fin de ce deuxième atelier, **un des plus importants** de toute la formation ! Comme je vous l'ai dit en début de formation : « lorsque vous savez clairement ce que vous voulez, cela se réalise presque immédiatement ». Petit plus important, apprendre à lâcher-prise. Je vous explique cela dans le 7^{ième} atelier.

QU'ALLEZ-VOUS METTRE EN PLACE ?

Notez dans votre carnet, vos bonnes résolutions.

Vous hésitez, vous bloquez, n'hésitez pas à me poser [votre question](#)

Pour aller plus loin, approfondir vos connaissances... cliquez ici.

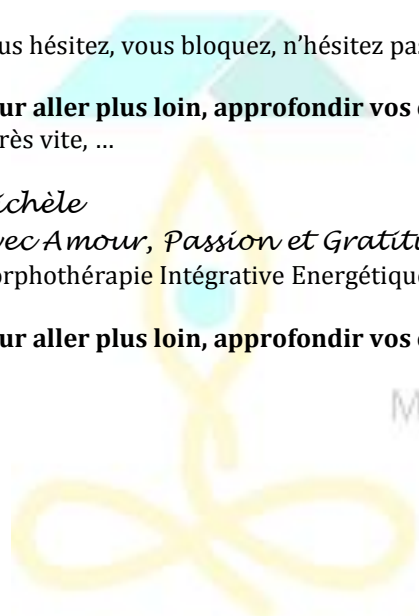
À très vite, ...

Michèle

Avec Amour, Passion et Gratitude

Morphothérapie Intégrative Energétique de l'habitant et de l'habitat

Pour aller plus loin, approfondir vos connaissances... cliquez ici.



MIEHH

Morphothérapie Intégrative Energétique
de l'habitant et de l'habitat

Michèle Goessens