#2 Défi des 100 jours n°2

Bonjour,

Avant de passer au défi N° 2 je souhaitais vous faire part de mon expérience des intentions. Le petit jeu du stylo qui se laisse glisser dans le royaume des intentions m'a amené vers 23 destinations...(je sais je suis gourmande !!!) je suis curieuse de voir comment l'univers va co-créer à mes côtés pour me permettre de les réaliser.

Pour ce jour, nous allons rester dans l'univers du stylo qui poursuit sa route sur les thèmes suivants et d'autres qui pourraient se manifester :

ainsi, prenez le temps de décrire votre environnement actuel (situation familiale, lieu de vie, vie professionnelle, vie sociale...) mais aussi vos états d'être du moment, ce que vous aimez dans votre vie, ce qui vous tient à coeur, ce que vous souhaitez améliorer, changer, décrivez les émotions récurrentes que vous rencontrer et que vous avez envie de transformer, des rêves que vous avez pour votre vie mais aussi les peurs qui vous habitent.

Sans oublier si vous en avez envie de :

- poser une intention spécifique pour cette journée
- choisir une pratique nourrissante pour vous, par exemple de passer du temps dans la nature, de méditer, tirer une carte, lire un texte inspirant, faire du sport, danser...
- en fin de journée, faire le bilan en écrivant ou juste en réalisant les succès, les réussites et de quoi vous êtes reconnaissants

A tout bientôt