

# Les clés du changements

*Ci-dessous, quelques clés pour amener le changement en soi.*

- 1- Se choisir à chaque instant. Cela nécessite parfois du courage mais une clé essentielle dans le cheminement pour déverrouiller les autres clés.*
- 2- Recevoir et donner : Je le mets ainsi car la plupart des personnes qui sont en cheminement ont plus tendance à s'oublier et donne sans recevoir. Il est essentiel d'apprendre à respirer (j'inspire, je reçois, j'expire, je donne.*
- 3- Se positionner en s'aimant et en se respectant. De nombreuses structure vont se mettre en évidence tant en intériorité qu'en extérieur. Elle seront à regarder au fil de leur découverte pour les orienter vers ton cheminement en conscience. Ici on voit les influences d'auto sabotage, les croyances, les conditionnements, la génétiques...*
- 4- Nourrir l'enfant intérieur. C'est l'avoir reconnu et écouter ses besoins et vivre ici et maintenant.*
- 5- Penser, parler, agir avec son cœur. Être à l'écoute de soi et ses structures pour le bien de tous et de soi.*
- 6- S'émerveiller, jouer, créer. Laisser l'enfant intérieur et l'unité vibrer.*
- 7- Partager son savoir à l'humanité. C'est ainsi que le monde se construit avec sagesse et conscience.*
- 8 – Ecouter ses sens, ses émotions. C'est se permettre de retrouver ou approfondir sa connexion intérieure et extérieure pour savourer la vie, ses douceurs, ses subtilités.*
- 9 – Apprendre chaque jour. Laisser la porte à l'apport de connaissance, de savoir est essentiel pour évoluer et se permettre d'aller vers d'autre paradigme.*
- 10- Se remettre en question. La vérité d'un jour n'est pas celle de toujours comme le mentionne un dicton. La vie et la la vérité sont en perpétuel mouvement. L'égo, le mental aime la routine est n'aime pas la déstructuration de son système.*
- 11- Entretenir la joie, Rien n'est acquis, agir en conscience pour dynamiser son vie et son futur...*
- 12 – S'honorer ainsi que la vie, La gratitude, un acte essentiel également pour entretenir la magie.*