



Le Confort

Et si on rangeait un peu tout ça !!

Le but de cette formation est de faire le point sur ce que tu as, qu'est ce que ça t'apporte, qu'est ce que tu peux changer ?

Que tu sois un enfant, un ado ou un adulte, tout le monde peut participer à ce travail.

Très belle activité à faire en famille !

On se programme un week-end, quelques jours et let's go !

Chambre, garage, cuisine, salon , salle de bain,bureau, jardin ...

Il faut avant respecté le souhait de l'autre, le temps d'accepter cette étape pour ne pas provoquer de chocs émotionnels.

Aussi, un coaching personnalisé te guidera dans les différentes étapes de ce projet.

N'oublie pas de prendre RDV par mail à reveleateursdesens@gmail.com !!

Que recherches tu dans cette formation ? :

- ✓ Comment faire de la place ? OUI/NON
- ✓ Comment changer de vie ? OUI/NON
- ✓ Comment gérer mon espace ? OUI/NON
- ✓ Comment te sentir mieux ? OUI/NON

Avant de commencer le travail, nous allons comprendre les effets du matériel sur nous.

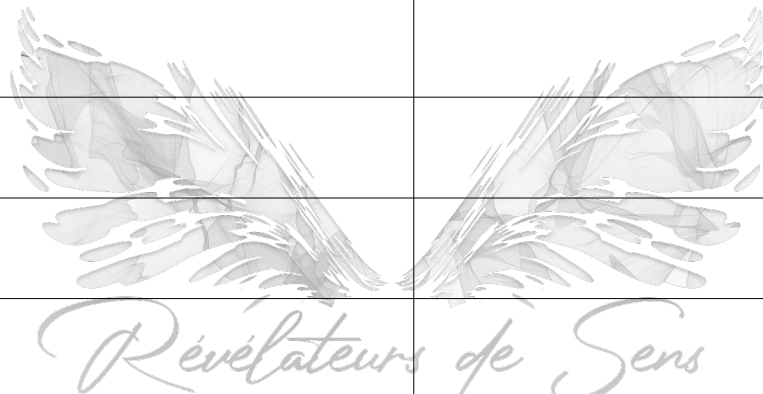
L'attachement matériel est vital pour certains mais vivre dans le passé peut aussi laisser un esprit négatif. :

- ✓ Héritages avec les mémoires
- ✓ Souvenirs tristes ou de l'enfance
- ✓ Porte bonheur
- ✓
- ✓



Écris les raisons pour lesquels tu gardes ces objets qui sont autour de toi :

| Objets | Raisons |
|--------|---------|
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |



A ton avis, dans ces raisons, lesquelles considèrent tu

VITALE, parce que :

IMPORTANTE, parce que :

INUTILE , parce que :

En reprenant ces objets, est tu capable de donner


la fréquence de leur utilité ?

Exemple : Service de Mamie en porcelaine : à Noël

Planche de bois : régulièrement pour le bricolage

Jouets des enfants stockés dans le garage : jamais, les enfants sont trop grands !

| Objets | Raisons |
|--------|---------|
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |



Penses tu vraiment que « stocker », donc perdre de la place est vraiment une bonne idée ?

OUI, parce que :

NON, parce que :

As tu conscience de l'impact du matériel

dans ta vie ?

- Se sentir compresser
- Manquer d'air
- Manquer d'espace
- Manque d'ordre
- Besoin de vivre de souvenirs
- Peur de tout perdre
- le : ça peut toujours « servir ? »
- La peur de manquer
-

Il y a des croyances auxquelles tu dois découvrir les conséquences sur ta vie.

**Désencombrer = Économiser.
Qu'est ce que tu en penses?**

N'aie pas peur de «débarrasser», l'époque après guerre est révolue et les «ça peut toujours servir» a désormais ses limites...

Révélateurs de Sens

Tu vas y gagner en temps

Moins de ménage à faire :

Tu vas y gagner en argent

Je peux vendre et moins acheter

Tu vas y gagner en espace

Tu vas pouvoir bouger plus librement

Tu vas y gagner en énergie

Tu auras beaucoup plus d'oxygène



HISTOIRES VRAIES:

Sais tu que chaque élément dans une maison dégage des énergies
POSITIVE et NEGATIVE ?

Une jeune fille a hérité à son mariage l'alliance de sa grand mère, offert à sa mère à son mariage et qui lui revient le plus beau jour de sa vie.....toutes les 3 ont divorcé.

Vous savez pourquoi?

Car la grand mère est devenue «une peau de vache» et l'alliance a absorbé toute son énergie négative.

J'ai rencontré une personne de plus de 40ans qui, bien qu'issue du milieu médical, m'a surprise! En effet, depuis quelques années, cette personne a subi un traumatisme psychologique comme beaucoup d'entre nous.

Cette personne a aussi une maladie osseuse qui l'a contraint à suivre un traitement lourd à vie (C'est l'avis de ces médecins!), cependant cette belle personne donne son temps et son énergie dans les interventions d'assistances médicales avec beaucoup d'Amour.

Un jour, j'ai fait l'erreur de vouloir la bousculer. Durant une de ses nombreuses hospitalisations, elle m'a confié les clefs de chez elle.

Là, ce fut le choc. Un logement dans un état d'insalubrité important, un désordre inimaginable, de la nourriture et des médicaments périmés depuis des années sans compter les plantes mortes et l'état du frigo....

Je décide de la bousculer en nettoyant au maximum son logement de tout ce désordre (400kg de déchet)...sans son accord!

En voilà le résultat: «Je lui ai violé son intimité» et cette personne reste dans une colère noire contre moi....

Certains objets lui tenaient à cœur, pourtant leur état était plus que lamentable...

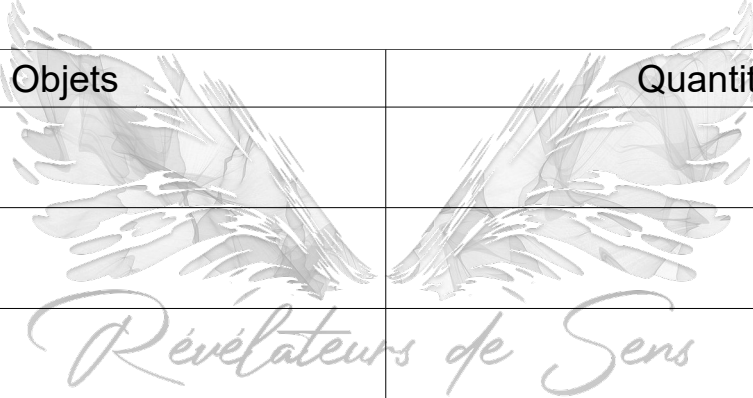
CHALLENGE : « LES QUANTITES »

Pour chaque pièce, note tout ce que tu as,

- tiroir par tiroir,
- étagère par étagère,
- meuble par meuble,
- carton par carton....

EN COMBIEN D EXEMPLAIRES ?????

ça va du rouges à lèvres, à la collection de chaussures, aux crayons dans les tiroirs !!!

| Objets | Quantité |
|--|----------|
| | |
| | |
|  <i>Reveleateurs de Sens</i> | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |

BILAN :

JE GARDE/JE GARDE PAS ?

Oyé, Oyé, mais depuis quand ça dort chez toi

Regarde dans l'état le quel ils sont , veux tu vraiment les garder?

-Et si on les donnait ?.....à une personne qui serait heureuse de l'avoir

-Et si on les vendait ?.....pour se payer nos vacances

-Et si on les recyclait ?.....pour aider la planète

-Et si.....

Et son changeait entièrement la déco ?pour donner un coup de Frais



On reçoit tous des cadeaux qui ne nous plaisent pas alors sois discret le jour où tu t'en sépares....

CONCLUSION

Et maintenant,
comment te sens tu ?

Libérez, libérez

Tu peux être fier de toi , ta vie prend un nouveau sens.