

Extrait

Mon Carnet

par Amour

EVE GAUTHIER



« LE BONHEUR C'EST D'ABORD LE GOÛT
DE VIVRE »

MATHIEU RICARD

MON CARNET PAR AMOUR!

Eve Gauthier

Mon Carnet Par Amour... Jumeler au
POUVOIR de la Routine quotidienne.

Inspirer par les préceptes de la P.N.L, de la
psychologie positive ainsi que de la Miracle
Morning.

Pourquoi j'y crois tant...

Simplement parce que mes résultats sont
concluants. Bien sûr, j'ai TESTÉ et ça
marche. Oui, mais dites-moi s'en plus. C'est
simple, parce que la majorité des gens, qui
ont du SUCCÈS, font une LISTE de ce
qu'ils ont à faire et en définissent les
priorités.

***Savez-vous que 95 % de tout ce
que l'on fait est le résultat
d'habitudes***

Aristote

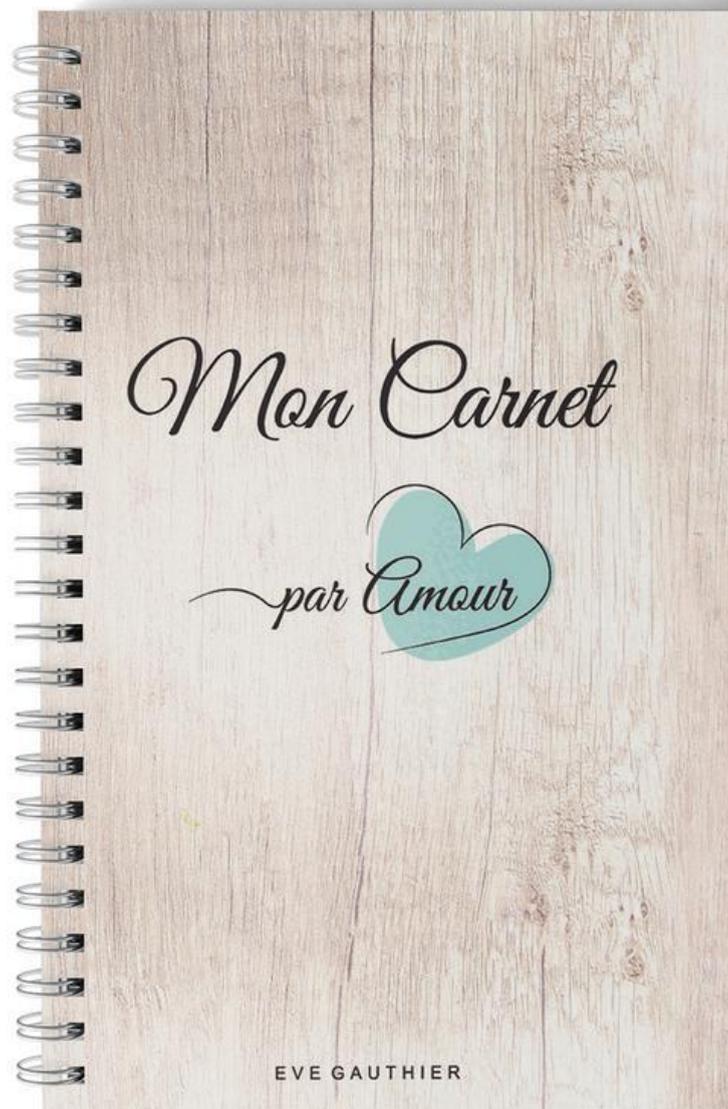
La règle, c'est de DONner naissance à de bonnes habitudes de vie. Même si celles-ci sont parfois difficiles à instaurer, elles sont faciles à vivre !!!

Tandis que les mauvaises habitudes sont faciles à prendre, mais très difficiles à vivre !!! Ça vous parle ?!

La bonne nouvelle c'est que les mauvaises habitudes sont créées. Ainsi, nous pouvons les remplacer par des nouvelles qui seront de bonnes et de saines habitudes de vie.

Mon Carnet Par Amour vous offre tout cela et plus encore... DONner un sens, une direction à votre vie. En déterminant, Par Amour, votre liste et vos souhaits, soit ce à quoi vous désirez tant contribuer, vous DONnez vie à vos buts et à tout ce que vous désirez dans votre vie.

Apprendre à mieux vous aimer, vous acceptez pour ainsi vous sentir digne de vous autoriser au meilleur de ce que la vie peut vous offrir. Pensez-y, car vous devenez ce à quoi vous pensez le plus souvent !!!



Avec mon Carnet Par Amour, vous nourrissez davantage les plaisirs et le sens de votre vie. Vous serez orienté vers la santé du cœur, du corps et de l'esprit afin d'aller vers de saines habitudes de vie, et ce Par Amour pour vous-même. Je vous invite donc à vous le procurer dès maintenant afin de découvrir tous les bienfaits qui sont en vous...

Il est DISPONIBLE PARTOUT au QUÉBEC !

SIMPLE, RAPIDE et SÉCURITAIRE d'en faire L'ACHAT en LIGNE.

<https://www.evegauthier.com/boutique/>

Merci de PARTAGER et d'en parler avec ceux que vous aimez, car plus nous serons nombreux à nous pacifier Par Amour, plus nous serons capables de DONner vie à nos rêves...

Ensemble que l'on se développe personnellement, merci.

Ève ❤️



EXTRAIT

MON CARNET PAR AMOUR !

Eve Gauthier

Réflexions pour donner du sens à sa vie

L'art de s'aimer

Vivre est un art. Et sachez que tout art se magnifie au fil du temps. Comme l'indique Aristote : « nous sommes ce que nous répétons chaque jour. L'excellence n'est alors plus un acte, mais une habitude ». L'un des principaux objectifs de ce Carnet par amour est de bien s'ancrer dans celle-ci. Il faut bien sûr s'entraîner pour apprendre à s'aimer et à s'accepter, car ceci permet de voir grandir l'amour et l'estime de soi. Cette prise de conscience m'a permis d'éviter de commencer, cette fois-ci, mille et une choses pour ensuite me saboter en n'abandonnant pas ce que j'avais commencé ! Alors, si tu oses poser ces petites actions chaque jour pour répondre à ton besoin d'exister, alors par la force de l'amour, tu renaîtras ! Promis.

L'amour, c'est l'essence même de la vie. Goûtes-y et savoure les nombreux bienfaits !

Grâce à cette nourriture essentielle que j'appelle AMOUR, je découvre que ma joie d'être, mon goût à la vie, le sens à celle-ci ainsi qu'une grande légèreté se manifestent en moi. Je me sens tout à coup pris par un puissant désir de vivre. Ce désir d'aimer, d'apprendre et de partager me permet d'oser me réaliser pleinement pour contribuer non seulement à mon rayonnement, mais à celui des autres.

Finalement, grâce à l'amour, j'aurai compris que c'est tout ce qui donne non seulement un sens à ma vie, mais élève mon goût à celle-ci ! Sans lui, je me fane comme une fleur qui n'a ni eau ni lumière. Qu'en est-il pour toi ? Comment te sens-tu quand tu goûtes à l'amour de toi et des autres ?

Engage-toi par Amour :

Moi,

Je m'engage à prendre 5 minutes matin et soir pour remplir ce carnet dans le but d'apprendre à mieux m'aimer et à m'accepter tel que je suis aujourd'hui !

<https://www.evegauthier.com/boutique/>

EXTRAIT

MON CARNET PARAMOUR!

Eve Gauthier

Jour 1 | Date :

« Je m'aime et je m'accepte. Je suis une belle et une bonne personne. Je suis digne d'amour. » Je visualise un désir concrétisé et je l'accompagne d'une belle émotion.

Matin : Je rends grâce pour :

-
-
-

Matin : Voici ce que je décide de faire aujourd'hui. Voici mes intentions :

-
-
-

* Petit rappel ! Durant la journée, je pense à me poser en conscience. Je respire lentement et profondément pour que mon corps s'apaise et se ressource.

Soir : Mes fiertés de la journée :

-
-
-

Soir : Je remercie la vie pour :

-
-
-

Je pose une belle et bonne intention pour la journée de demain, même s'il s'agit d'un jour nouveau :

-
-
-

« L'amour triomphe toujours de tout. S'aimer soi-même est le début d'une histoire d'amour qui durera toute une vie. »

— Oscar Wilde.

<https://www.evegauthier.com/boutique/>

Maintenant, célèbre ce premier pas et fais-toi confiance, car cette fois-ci sera la bonne. Pose un regard différent et bienveillant sur toi-même en t'aimant dès maintenant. Tout ceci peut modifier grandement la trajectoire de ta vie. Tout ce que j'ai eu la chance de vivre depuis maintenant trois ans, c'est grâce à l'ouverture de mon cœur. Cette ouverture se poursuit, car mon amour grandit chaque jour. Ce qui veut dire que si j'ai réussi, tu le peux aussi !

Pour approfondir les enseignements du carnet, je te propose, d'abord, de te le procurer et/ou de te joindre au groupe privé de l'atelier par Amour sur Facebook. Ainsi, tu seras à même d'amorcer ton cheminement à travers les 5 modules de formation qui sont offerts sous forme de vidéos, d'articles ainsi que de ma présence et de mon engagement à t'accompagner sur ce chemin. Mon intention, pour toi et pour nous tous, est de vivre davantage en paix, dans la joie de l'être ainsi qu'avec l'amour de soi-même et des autres. Être bien dans sa vie, c'est grâce à la légèreté de vivre avec l'intelligence du cœur plutôt que d'être pris dans les manipulations et les exigences du mental ego...

Par Amour, Eve XXX 

<https://www.evegauthier.com/boutique/>

De plus, j'offre un groupe privé éducatif et gratuit sur Facebook !

Arrête de vouloir t'aimer, commence à T'ACCEPTER ! Le groupe #1 pour apprendre à t'accepter et finalement T'AIMER. Je t'offre 3 LEVIERS ESSENTIELS à la TRANSFORMATION ainsi que les meilleurs outils qui ont servi à ma propre transformation ! 

Savez-vous que 95% de tout ce que l'on fait est le résultat d'habitudes. – Aristote

Avec mes enseignements, je vous guiderai dans la réalisation de votre carnet par Amour, **S'aimer, c'est s'accepter** à votre rythme, suivant les élans de votre cœur !

Cliquez sur le lien en dessous pour en savoir plus et rejoindre le groupe éducatif gratuit.

<https://www.facebook.com/groups/aimercestaccepter/>

TÉMOIGNAGES

MON CARNET PAR AMOUR!

Eve Gauthier

« Je suis encore pantois face à la transformation et le sens qu'elle a donné à son parcours personnel. J'admire son engagement et son enthousiasme à partager ses découvertes. Eve Gauthier nous offre à travers ses livres, ses ateliers et ses conférences un témoignage empreint d'authenticité. Elle tient aussi à nous partager les éléments clefs de ses découvertes qui l'ont menée vers la quiétude et le bien-être. Il semble bien que ce livre que vous tenez soit un geste « PAR AMOUR ». Il n'en tient qu'à vous d'en profiter ! »

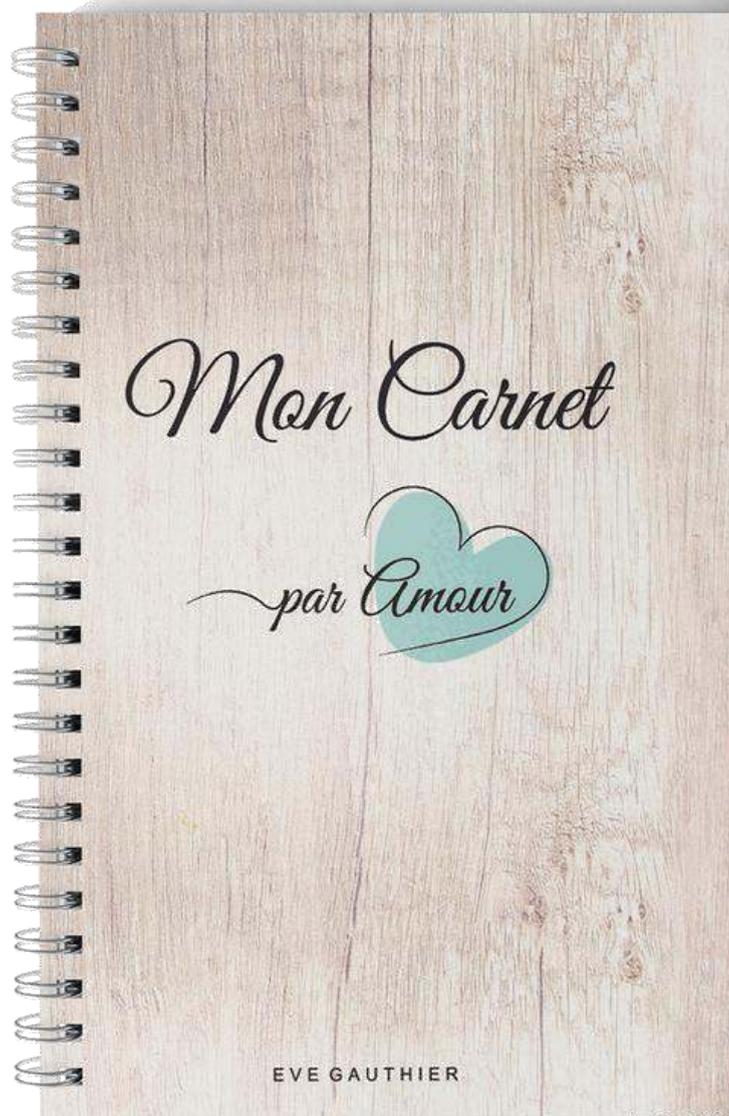
Guy Côté, Psychologue



«Vous souhaitez vivre en harmonie, en paix, en amour, et ce, d'abord et avant tout avec vous-même ? Vous dévorerez ce livre, dont chaque mot et chaque phrase ont été choisis par une personne exceptionnelle, débordante d'énergie et de générosité. Je vous invite à savourer chacune des lignes de ce livre et à mettre en pratique les conseils afin de faire grandir, à votre rythme, votre ÊTRE.»

Nancy Beaulieu, Maître Hypnothérapeute et Coach





Il est DISPONIBLE PARTOUT au QUÉBEC !

SIMPLE, RAPIDE et SÉCURITAIRE d'en faire L'ACHAT en LIGNE.

<https://www.evegauthier.com/boutique/>

