

"C'est plus facile de se priver de quelque chose que l'on aime que de supporter quelque chose que l'on n'aime pas."	Ne laissez personne venir à vous sans qu'il vous quitte meilleur et plus heureux
La vie est un rêve, fais en une réalité. Mère Teresa	"Qui juge les gens n'a pas le temps de les aimer. " Mère Teresa
Rêvez comme si vous n'aviez rien à perdre, croyez comme si tout était possible, Aimez comme si votre coeur ne connaissait pas de limites, vivez comme s'il avait qu'aujourd'hui.~	Si vous ne demandez pas, la réponse sera toujours non. ~Nora Roberts
Ne perds jamais espoir. Lorsque le soleil se couche, les étoiles apparaissent. ~	Le futur dépend de ce que tu fais du présent. ~
Je m'aime pour tout ce que je suis	Les câlins libèrent la dopamine. L'hormone du plaisir, responsable du bien-être et de la bonne humeur
C'est votre attitude, bien plus que votre aptitude, qui détermine votre altitude. ~Zig Ziglar	Le bonheur vient vers ceux croient en lui. ~Ali Ibn
Je fais preuve d'une compréhension profonde envers moi même	La personne qui n'est pas en paix avec elle-même, sera en guerre avec le monde entier – Gandhi
Je fais vivre en moi la joie et l'amour	Ma petite voix interieure est positive et bienveillante
Mon corps est le temple de mon âme	Quand on pense positivement, on trouve des solutions à tout
Chaque jour, faites quelque chose qui vous rend heureux, jusqu'à ce que cela devienne une habitude	Puisse le soleil t'apporter chaque jour une nouvelle énergie, Puisse la lune chaque nuit te ressourcer pleinement – prière Apache
Pour être en paix, je vis dans le présent	Puisse la pluie te laver de tous soucis, Puisse le vent t'insuffler de nouvelles forces – prière Apache
Ne vous découragez jamais! Au moment même ou la chenille pensa que le monde était fini, Elle se transforma en Papillon	Puisse tu marcher paisiblement à travers le monde et apprécier tous les jours la beauté de la vie – prière Apache
Quand tu me manques, je mets ma main sur mon cœur car je sais que c'est le seul endroit où tu existes toujours	Que votre parole soit impeccable – N'en faites pas une affaire personnelle – Ne faites pas de suppositions – Faites toujours de votre mieux (les 4 accords toltèques)
Je suis moi-même, je m'aime et je me respecte – Mantra	Qui sème la gentillesse récolte l'Amour
Faites que le rêve dévore votre vie afin que la vie ne dévore pas votre rêve – A de Saint Exupéry	Quand tu pardonnes, tu guéris. Quand tu lâche prise, tu grandis
Je me souhaite de la joie et du bonheur	J'écoute mon corps – Mantra
Choisis un travail que tu aimes et tu n'auras jamais à travailler un seul jour de ta vie – Confucius	Je vis le moment présent – Mantra
Avez-vous pensé à rire et vous amuser aujourd'hui?	Puisse la pluie te laver de tous soucis, Puisse le vent t'insuffler de nouvelles forces – prière Apache

Écoute tes émotions, Accueille-les, Laisse-les s'exprimer. Elles ont un message à te délivrer	Je prend l'habitude d'affirmer des choses positives
Si vous avez cru au Père Noël pendant huit ans, Vous pouvez bien croire en vous pendant au moins 5 minutes	Je suis une lumière, je brille – Mantra
Aimer le silence, c'est aimer être avec sa propre compagnie pour entendre penser son âme – chemin de paradis	Je suis en parfaite harmonie avec tout ce qui m'entoure - – Mantra
On ne peut pas arrêter de penser. Mais on peut arrêter d'écouter ses pensées – Eline Snel	Je baigne dans l'amour – Mantra
Je me libère de toute colère – Idéaux Reiki	Tout les jours et à tous points de vue, je vais de mieux en mieux - – Mantra
Je respecte toute forme de vie autours de moi – Idéaux Reiki	Ce que tu penses tu le deviens, Ce que tu ressens tu l'attires, Ce que tu imagines tu le crées – Bouddha
Je conserve mon calme en toutes circonstances – Mantra	Tu deviens responsable pour toujours de ce que tu apprivoise – Le petit Prince
La confiance en soi est le plus grand des arts	Si un problème a une solution, il est inutile de s'en inquiéter Si il n'en a pas, s'inquiéter n'y changera rien – Proverbe Tibétain
Soyez fier de ce que vous êtes	On ne voit bien qu'avec le cœur. L'essentiel est invisible pour les yeux – Le petit Prince
Nous sommes tous des perles enfilées ensemble sur le même fil de l'Amour – Amma	Pour les uns qui voyagent, les étoiles sont des guides – Le petit Prince
La vie te donne toujours une autre chance. Elle s'appelle demain	Je suis en paix avec moi-même – Mantra
J'accepte ma part de responsabilité dans tout ce qui m'arrive – Mantra	Je ressens une profonde gratitude pour la beauté de la vie et ses bienfaits – Mantra
Les décisions que je prends tournent toujours à mon avantage – Mantra	J'aime la vie, Je me sens libre d'aller de l'avant – Mantra
Je me distingue pas mes compétences et réussis facilement ce que j'entreprends – Mantra	Tout changement qui s'opère dans ma vies est bénéfique – Mantra
Je me sens parfaitement bien dans mon corps et dans ma tête - – Mantra	Si vous voulez que la vie vous sourie, apportez-lui d'abord votre bonne humeur – B Spinoza
Je suis un aimant à miracles – Mantra	J'ai de la gratitude envers la vie. Je remercie la vie. – Mantra
Je me sens bien, je suis heureux – Mantra à répéter	Je prends du temps pour moi
Je suis apte à créer le bonheur partout ou je me trouve – Mantra	Les conflits et les crises sont des signaux de croissance. Changez votre perception et soyez préparé pour ces opportunités

Ce n'est pas parce qu'ils sont nombreux à avoir tort qu'ils ont raison ~ Coluche	Pour critiquer les gens il faut les connaître. Et pour les connaître, Il faut les aimer. ~ Coluche
Les portes de l'avenir sont ouvertes à ceux qui savent les pousser.~ Coluche	Un avenir, cela se façonne, un avenir, cela se veut. ~ Raymond Barre
L'avenir est une porte, le passé en est la clé. ~ Victor Hugo	L'avenir, c'est du passé en préparation. ~Pierre Dac
Les larmes du passé fécondent l'avenir. ~ Alfred de Musset	Laisse ton cœur choisir le bout, et ta raison choisir la voie – la sagesse amérindienne
Le soleil se couche quand même, tant sur le meilleur jour, que sur la pire journée– la sagesse amérindienne	La paix ne sera pas possible entre les nations, tant qu'on ne sera pas convaincu que la véritable paix se trouve au cœur de l'âme humaine. – Black Elk, amérindien
Il y a devant vous qu'une seule et unique vie. Que vos jours soient bons et longs sur la terre – Citation amérindienne	Toutes les vies sont sacrées. Car ils sont enfants d'une même mère, et leur père est un seul Esprit. Black Elk
Ne regardez pas en arrière avec la colère, ni de l'avant avec peur, mais autour de vous avec conscience – la sagesse amérindienne	Ne vis pas pour que ta présence se remarque, mais pour que ton absence se ressente. Bob Marley
La grandeur d'un homme ne se mesure pas à la richesse qu'il acquiert mais à son intégrité et à sa capacité à affecter positivement les gens autour de lui. Bob Marley	L'absence n'est rien d'autre qu'une présence obsédante. Eliette Abécassis
Pourquoi prendre la vie au sérieux puisque de toute façon, on en sortira pas vivant ? Bob Marley	La vie est une grande route remplies de signes. Alors, quand vous en traversez les ornières, ne vous compliquez pas les choses. Fuyez la haine, la bêtise et la jalousie. N'enterrez pas vos pensées, amenez votre vision à la réalité. Réveillez-vous et vivez ! Bob Marley
Emancipez-vous de l'esclavage mental. Personne d'autre que nous ne peut libérer nos esprits. Bob Marley	L'argent ne peut pas acheter la vie. Bob Marley
Mieux vaut mourir pour la liberté, plutôt qu'être un prisonnier tous les jours de ta vie. Bob Marley	La musique peut rendre les gens meilleurs, il suffit de la leur injecter constamment . Il faut éclairer l'obscurité de l'âme des mauvais. Bob Marley
Ne renonce jamais à aimer, malgré les épreuves et l'aridité du coeur. L'amour est la grande force qui soutient l'univers ; sans lui, le monde vivrait un hiver éternel. La sagesse amérindienne	Supprime en toi la haine et la peur, qui empêchent d'aller librement vers soi-même et vers les autres. – La sagesse amérindienne
Puisse le Grand Esprit vous envoyer ses présents les mieux choisis. Puisse le Père soleil et la Mère lune vous éclairer de leurs plus doux rayons. Prière amérindienne	Soyez liés l'un à l'autre comme les arbres sont liés à la terre ; ainsi votre amour portera le fruit de belles et de nombreuses saisons. Sagesse amérindienne
Elève-toi si tu veux vivre un amour plus grand, plus vaste. L'amour et l'amitié sont des tentatives pour élargir le cercle, et retrouver l'unité perdue. – Sagesse amérindienne	Chaque parole de bonté est comme une goutte d'eau traversée par un rayon de soleil. – sagesse amérindienne
La paix n'arrive jamais par surprise. Elle ne tombe pas du ciel comme la pluie. Elle vient à ceux qui la préparent. – sagesse amérindienne	Quand le dernier arbre aura été abattu, quand la dernière rivière aura été empoisonnée, quand le dernier poisson aura été pêché, alors enfin nous saurons que l'argent ne se mange pas. Proverbe indien
Elève-toi si tu veux vivre un amour plus grand, plus vaste. L'amour et l'amitié sont des tentatives pour élargir le cercle, et retrouver l'unité perdue. Sagesse amérindienne	Accroche-toi à ce qui est bon, même si c'est une poignée de terre. Accroche-toi à ce que tu crois, même si c'est un arbre solitaire. Accroche-toi à ce que tu dois faire, même si tu dois partir loin d'ici – Sagesse amérindienne
Il n'y a pas de bonne cuisine si au départ elle n'est pas faite par amitié pour celui ou celle à qui elle est destinée. Paul Bocuse	La vie est un départ et la mort un retour. Lao Tseu
Un départ définitif, c'est un peu comme la mort : l'absent est jugé sur ses actions et ses paroles. René Ouvrard	Concentre-toi sur ton coeur, imagine-le rayonnant, battant au rythme de l'Univers et il s'ouvrira comme la fleur du matin libérant tous les parfums de l'Âme. Sagesse amérindienne

Ne te laisse pas distraire par le vacarme des hommes, par leur quête insatisfaite, désordonnée. Ils sont comme l'animal emprisonné dans l'enclos, qui tourne sans comprendre et cherche une issue qui n'existe pas. Sagesse amérindienne	Le bonheur doit être ton objectif personnel. Il doit transcender tous les autres objectifs. Si tu es heureux, ta vie est meilleure à tous égards. Le bonheur est la pensée positive la plus efficace. Grâce à lui, tu peux atteindre tous tes objectifs. Sagesse amérindienne
Que le grand esprit guide nos pas sur le chemin de la vie. Respectons sa création, la terre mère et préservons la afin qu'elle nous préserve. Sagesse amérindienne	Faites vivre votre passion, elle vous réchauffera quand le monde deviendra froid. Sagesse amérindienne
Agis maintenant ; si tu vois ce qu'il faut faire, fais-le. Sagesse amérindienne	Ne fais pas de comparaison, considère chaque chose pour ce qu'elle est. Respecte toute vie, dégage ton cœur de l'ignorance, ne tue pas et ne nourris pas de pensées coléreuses. Sagesse amérindienne
Ne dis que la vérité, ne parle que des bonnes qualités des autres, sois un confident et ne répands aucune rumeur, écarte le voile de la colère pour libérer la beauté inhérente à chacun. Sagesse amérindienne	La terre n'appartient pas à l'homme, c'est l'homme qui appartient à la terre. Sagesse amérindienne
A la fin, nous nous souviendrons non pas des mots de nos ennemis, mais des silences de nos amis. Martin Luther King	Nous devons apprendre à vivre ensemble comme des frères, sinon nous allons mourir tous ensemble comme des idiots. Martin Luther King
Il faut accepter les déceptions passagères, mais conserver l'espoir pour l'éternité. Martin Luther King	La véritable grandeur d'un homme ne se mesure pas à des moments où il est à son aise, mais lorsqu'il traverse une période de controverses et de défis. Martin Luther King
La haine trouble la vie ; l'amour la rend harmonieuse. La haine obscurcit la vie ; l'amour la rend lumineuse. Martin Luther King	Si vous ne pouvez pas voler, alors courez ; Si vous ne pouvez pas courir, alors marchez ; Si vous ne pouvez pas marcher, alors rampez ; Mais quoi que vous fassiez, vous devez continuer à avancer. M Luther King
J'ai décidé d'opter pour l'amour. La haine est un fardeau trop lourd à porter. Martin Luther King	Nos vies commencent à finir le jour où nous devenons silencieux à propos des choses qui comptent. Martin Luther King
Ceux qui aiment la paix doivent apprendre à s'organiser aussi efficacement que ceux qui aiment la guerre. Martin Luther King	La race humaine doit sortir des conflits en rejetant la vengeance, l'agression et l'esprit de revanche. Le moyen d'en sortir est l'amour. Martin Luther King
Plus nous donnons de la bienveillance, plus elle grandit – Amma	Toute chose perdue peut être retrouvée, sauf le temps; ayant compris cela, nous devrions vivre chaque instant en conscience. – Amma
La compassion, c'est aussi ne prendre que ce dont on a vraiment besoin et donner le reste. – Amma	Le rire est la musique de l'âme. – Amma
Puissions-nous tous atteindre le rivage de la paix en répandant le parfum doux et sacré de l'amour et des vibrations d'unité et d'harmonie. Amma	Agissez toujours sans rien attendre du fruit de l'action. L'attente est la cause de la souffrance – Amma
Que vous passiez votre temps à rire ou à pleurer, le temps passe quand même. Alors riez ! Trouvez l'occasion de rire chaque jour. Le rire est la musique de l'âme – Amma	Dans le monde d'aujourd'hui, il existe deux types de pauvreté. La première est due à un manque de nourriture. La seconde a un manque d'amour et de compassion – Amma
L'erreur est humaine, le pardon divin. Alexander Pope	Demander pardon n'est pas adressée à quelqu'un, c'est une demande à soi-même. Trouver cette souplesse où l'on peut demander pardon, c'est voir clairement ce qui nous limite. Eric Baret
La réussite de la vie de chacun dépend de sa capacité à oublier ce qui n'est pas pertinent dans l'instant présent. – Amma	Lâcher prise et vivre au présent sont une seule et même chose – Amma
Oubliez votre passé. Souvenez-vous en uniquement quand vous avez réellement besoin de le faire, mais ne vous installez pas dedans. – Amma	Maintenant est le moment favorable pour accomplir de bonnes actions. L'instant présent. . – Amma
Fais du bien à ton corps pour que ton âme ait envie d'y rester. Proverbe indien	“La joie de l'âme est dans l'action.”
“Faute avouée est à moitié pardonnée.” proverbe français	Si vous ne demandez pas, la réponse sera toujours non – Nora Roberts

Le bonheur vient vers ceux qui croient en lui. ~Ali Ibn	En te levant le matin, rappelle-toi combien précieux est le privilège de vivre, de respirer, d'être heureux. ~Marc Aurèle
Je souhaite désormais collectionner que les moments de bonheur. ~Stendhal	La joie de vivre est une émotion contagieuse. ~D. Wynot
Le plus grand secret du bonheur, c'est d'être bien avec soi. ~B. Fontenelle	La joie est pareille à un fleuve: rien n'arrête son cours. ~Henry Miller
La joie est dans tout ce qui nous entoure, il suffit de savoir l'extraire. ~Confucius	La joie est le soleil des âmes ; elle illumine celui qui la possède et réchauffe tous ceux qui en reçoivent les rayons. ~Carl Reysz
Ne te lasse pas de crier ta joie et tu n'entendras plus d'autres cris. ~Proverbe Touareg	Pour vivre une vie heureuse, attachez-la à un but et non à des personnes ou des choses. ~Einstein
Conquérir sa joie vaut mieux que s'abandonner à la tristesse. ~Andre Gide	Apprends à écrire tes blessures dans le sable et graver tes joies dans la pierre. ~
La confiance est le plus court chemin vers le bonheur. ~Aline de Pétigny	Vivre de rêves ou rêver de vivre... Fais ton choix ! ~ J.F. Roiseux
Tu n'existes pas pour impressionner le monde. Tu existes pour vivre ta vie d'une façon qui fera ton bonheur. ~Richard Bach	Sur les flots, sur les grands chemins, nous poursuivons le bonheur. Mais il est ici, le bonheur. ~Horace
La joie de vivre n'est pas un but, c'est un devoir. ~Louis Pauwels	Un coeur bon est une fontaine de joie. Il désigne un sourire sur les lèvres de tous ceux qui l'entourent. ~
Si vous n'êtes pas heureux seul vous ne serez jamais heureux à deux. Le bonheur vient de l'intérieur, pas des autres. ~	On ne peut pas tout vivre, alors l'important est de vivre l'essentiel. Chacun de nous a son essentiel. ~Marc Levy
Il n'est jamais trop tard pour fixer un nouveau but, jamais trop tard pour rêver de nouveaux rêves. ~	La joie des autres est une grande part dans la nôtre. ~Ernest Renan
L'espérance d'une joie est presque égale à la joie. ~William Shakespeare	Ma joie est l'image du printemps, si chaleureuse que des fleurs éclosent dans mes mains. ~Thich Nhat Hanh
Je choisis de prendre mon bien-être en urgence au lieu de prendre mon mal en patience. ~	Le moment présent a un avantage sur tous les autres: il nous appartient. ~Charles Caleb Colton
Sois reconnaissant envers les gens qui te rendent heureux. Ils sont les jardiniers qui font fleurir ton âme. ~Marcel Proust	Quand on jette des petits rayons de bonheur dans la vie d'autrui , l'éclat finit toujours par rejaillir sur soi. ~Louis Fortin
Il y a deux façons de vivre, l'une en faisant comme si rien n'était un miracle, l'autre en faisant comme si tout était un miracle! ~	Si je ne suis pas moi, qui le sera? ~Henry David Thoreau
Des petits plaisirs aux grandes aspirations, ce qui rend profondément heureux, c'est l'art de chérir et de se remémorer ce qu'il y a de beau et de bon dans sa vie. ~Anne van Stappen	Toute beauté est joie qui demeure. ~John Keats
Le plaisir se ramasse, la joie se cueille et le bonheur se cultive. ~Bouddha	Le bonheur est la seule chose qui se double si on le partage. ~
peu importe ce que tu décides de faire, assure-toi que cela te rends heureux. ~	être heureux est merveilleux, mais il est encore plus merveilleux de rendre quelqu'un heureux.

le secret du bonheur, c'est de vivre comme tout le monde en n'étant comme personne. :~Simone Beauvoir	Le bonheur n'est pas d'avoir ce que l'on désire mais d'apprécier ce que l'on a. ~
Arrête de chercher le bonheur au même endroit où tu l'as perdu. ~	Le secret du bonheur est la liberté... Et le secret de la liberté est le courage. ~Thucydides
Le secret du bonheur est de regarder chaque situation telle qu'elle est plutôt que de la regarder pour ce qu'elle devrait être. ~	L'amour est la seule condition dans laquelle le bonheur d'une autre personne est essentiel au tien. ~
C'est important de rendre quelqu'un heureux et c'est important de commencer par soi. ~	Tout le monde veut être heureux et personne ne veut souffrir, mais personne ne peut contempler d'arcs-en-ciel sans voir la pluie. ~
Une fois que tu auras appris à être heureux, tu ne toléreras pas d'être entouré de gens qui te font ressentir le contraire. ~	être heureux, c'est décider de voir la magie dans votre vie et en créer davantage. ~David Laroche
J'ai décidé d'être heureux parce que c'est bon pour la santé. ~Voltaire	Il existe deux façons d'être heureux: améliorer notre réalité ou bien ajuster nos attentes.
Si tu veux vivre heureux ? Voyage avec deux sacs, l'un pour donner, l'autre pour recevoir. ~Goethe	Vous savez que vous êtes sur le bon chemin quand vous n'avez plus envie de vous retourner. ~
Lorsqu'il n'y a pas d'ennemis à l'intérieur, les ennemis à l'extérieur ne peuvent pas vous atteindre. ~Proverbe africain.	Vous trouverez la clé du succès sous le réveille-matin.~ Benjamin Franklin
Commence là où tu es, utilise ce que tu as, fais ce que tu peux.~Arthur Ashe	La différence entre le possible et l'impossible réside dans la détermination qui sommeil est toi.~Tommy Lasorda
Ils ne savaient pas que c'était impossible, alors ils l'ont fait.~Mark Twain	Ils ne savaient pas que c'était impossible, alors ils l'ont fait.~Mark Twain
On ne naît pas vainqueur, on le devient.~Andrew Williams	Si ton esprit est motivé, ton corps suivra. ~
Quand tout semble être contre vous, souvenez-vous que l'avion décolle face au vent, et non avec lui. ~Henri Ford	Si tu ne peux pas voler, cours. Si tu ne peux pas courir, marche. Si tu ne peux pas marcher, rampe, mais surtout, ne t'arrête jamais d'avancer.~
I n'y a pas de réussite facile, ni d'échec définitif.~Marcel Proust	le plus difficile c'est de se décider à agir, le reste n'est que de la ténacité.~Amelia Earhart
la meilleure façon de prédire l'avenir est de le créer, Peter Drucker	100% des choses qu'on ne tente pas échouent.~Wayne Gretzky
La vie est un mystère qu'il faut vivre, et non un problème à résoudre. ~Ghandi	La vie est un défi à relever, un bonheur à mériter, une aventure à tenter ~Mère Teresa
Nous sommes nos choix. ~Jean-Paul Sartre	Une année= 365 opportunités ~
Il faut essayer de faire un petit peu plus que ce dont on croit être capable.	Point n'est besoin d'espérer pour entreprendre, ni de réussir pour persévérer.~Alphonse de Lamartin
Nous avons le choix de nourrir le positif en nous ou le négatif. Le plus fort c'est c'est celui que l'on nourrit le plus. Melki Rish	Parce que vous êtes en vie. ~Thich Nhat Hanh

Chaque jour est un commencement. Aujourd'hui est le premier jour du reste de votre vie.	Tous les jours, je prends l'habitude d'affirmer des choses positives
Qu'allez vous faire de merveilleux aujourd'hui ?	Aujourd'hui je décide d'ouvrir mon cœur afin de pouvoir donner et recevoir de l'amour
Changez vos pensées et vos croyances et vous changerez votre vie	Au plus j'aime, au plus je reçois de l'amour
Aujourd'hui c'est le jour idéal pour installer de nouvelles habitudes	Je suis une personne unique et pleine d'amour
Laissez le passé derrière vous et concentrez vous sur ce que vous avez envie maintenant	J'appelle mon cœur à ressentir la joie
Aujourd'hui je décide que cette journée sera très agréable	La joie me permet d'élever mes énergies
J'attire de nouvelles opportunités – mantra	Je vis avec passion et joie
Aujourd'hui je décide de m'aimer tel(le) que je suis !	Répandez de la joie partout autour de vous, et même au travail
L'amour que vous avez envers vous même est merveilleux !	Je fais ce que j'aime, cela me rend heureux
Il est important de vous aimer encore plus	Je me réalise et je m'épanouis dans tout ce que je fais
L-avis-des-autres n'est que la vie des autres	Ce que tu nies te soumet, ce que tu acceptes te transforme – Carl Gustav
Mes chakras ont besoin d'énergie. Je pourrais aller me balader en forêt ?	La plus grande découverte de notre génération a été de s'apercevoir que l'être humain peut changer sa vie juste en modifiant sa façon de penser – W James
Pour vivre heureux, il suffit d'avoir l'âme d'un enfant	Chaque jour, mettez un sourire sur votre visage, ça va avec tout
Avez-vous déjà essayé la méditation ?	J'échange les personnes qui me font perdre mon temps contre celle qui me font perdre la notion du temps
Rien ne vous emprisonne excepté vos pensées. Rien de vous limite excepté vos peurs. Rien ne vous contrôle excepté vos croyances	Rien ne s'explique, tout se ressent...
Les meilleures vitamines sont A B C : Amour, Baisers, Câlin	J'exprime et j'ose affirmer ma singularité
J'accueille toutes mes émotions et m'autorise à échouer	Je me fais confiance et j'écoute ma petite voix
Je suis fière de mon parcours et de mes choix	Je respecte mon rythme

Faire preuve d'une compréhension profonde plus qu'un jugement	Rester en colère, c'est comme saisir un charbon ardent avec l'intention de le jeter sur quelqu'un ; c'est vous qui brûlez – Bouddha
ça arrive, reste au présent	Quel que soit le nombre de saintes paroles que vous lisez, que vous prononcez. Quel bien vous feront elles si vos actes ne s'y conforment pas ? - Bouddha
L'abandon est un sentiment sous jacent à bon nombre de tes peurs. Accorde toi la sécurité intérieure dès maintenant	Celui qui est le maître de lui même est plus grand que celui qui est le maître du monde – Bouddha
La vie te donne toujours une autre chance. Elle s'appelle demain	La véritable grandeur d'un homme ne se mesure pas à des moments où il est à son aise, mais lorsqu'il traverse une période de contreverse et de défis – Martin Luther King
Prends le temps de jouer	L'obscurité ne chasse pas l'obscurité. Seule la lumière peut le faire – Martin Luther King
Accordez vous l'énergie bienfaitrice de la tolérance	La personne qui n'est pas en paix avec elle-même, sera en guerre avec le monde entier – Gandhi
Aie confiance en ton ressenti	Exige beaucoup de toi-même e attend peu des autres. Ainsi beaucoup d'ennuis te seront épargnés – Confucius
Veillez à vous libérer de certaines influences, vous savez lesquelles	Puisse le soleil t'apporter chaque jour une nouvelle énergie, Puisse la lune chaque nuit te ressourcer pleinement – prière Apache
On commence par dire que c'est impossible pour se dispenser de le tenter et cela devient impossible car on ne le tente pas	Puisse la pluie te laver de tous soucis, Puisse le vent t'insuffler de nouvelles forces – prière Apache
Ne vous découragez jamais ! Au moment même où la chenille pensa que le monde était fini, Elle se transforma en Papillon	Puisse tu marcher paisiblement à travers le monde et apprécier tous les jours la beauté de la vie – prière Apache
Quand tu me manques, je mets ma main sur mon cœur car je sais que c'est le seul endroit où tu existes toujours	Que votre parole soit impeccable – N'en faites pas une affaire personnelle – Ne faites pas de suppositions – Faites toujours de votre mieux (les 4 accords toltèques)
L'autorité suprême est l'Amour	Dans la vie on ne fait pas ce que l'on veut mais on est responsable de ce que l'on est – JP Sartre
La vie c'est comme une bicyclette, il faut avancer pour ne pas perdre l'équilibre – A Einstein	La vie est un mystère qu'il faut vivre et non un problème à résoudre – Gandhi
On ne souffre jamais que du mal que nous font ceux qu'on aime. Le mal qui vient d'un ennemi ne compte pas – Victor Hugo	S'aimer soi même est le début d'une histoire d'amour qui durera toute une vie – Oscar Wilde
Les portes de l'avenir sont ouvertes à ceux qui savent les pousser – Coluche	La personne qui n'est pas en paix avec elle-même, sera en guerre avec le monde entier – Gandhi
Nous sommes tous des perles enfilées ensemble sur le même fil de l'Amour – Amma	La vie, ce n'est pas d'attendre que les orages passent, c'est d'apprendre à danser sous la pluie
Si vous pensez que l'aventure est dangereuse, essayez la routine, elle est mortelle	Il ne faut pas attendre d'être parfait pour commencer quelque chose de bien ~Abbé Pierre
Le bonheur c'est de continuer à désirer ce qu'on possède. ~Saint Augustin	Hier n'existe plus , demain ne viendra peut-être jamais. Il n'y a que le miracle du moment présent, savourez-le. C'est un cadeau! ~Marie Stilkind

Je m'aime – mantra du matin	Tout viendra à moi au bon moment. Je suis patient
La vie me sourit - Mantra	Si vous voulez que la vie vous sourie, apportez-lui d'abord votre bonne humeur – B Spinoza
Je suis un aimant à miracles – Mantra	J'ai de la gratitude envers la vie. Je remercie la vie. – Mantra
Je me sens bien, je suis heureux – Mantra à répéter	Je prends du temps pour moi
Je suis apte à créer le bonheur partout où je me trouve – Mantra	Les conflits et les crises sont des signaux de croissance. Changez votre perception et soyez préparé pour ces opportunités
Nous sommes tous des perles enfilées ensemble sur le même fil de l'Amour – Amma	La personne qui n'est pas en paix avec elle-même, sera en guerre avec le monde entier – Gandhi
Mon corps est le temple de mon âme	Quand on pense positivement, on trouve des solutions à tout
Chaque jour, faites quelque chose qui vous rend heureux, jusqu'à ce que cela devienne une habitude	Puisse le soleil t'apporter chaque jour une nouvelle énergie, Puisse la lune chaque nuit te ressourcer pleinement – prière Apache
Pour être en paix, je vis dans le présent	Puisse la pluie te laver de tous soucis, Puisse le vent t'insuffler de nouvelles forces – prière Apache
Ne vous découragez jamais ! Au moment même où la chenille pensa que le monde était fini, Elle se transforma en Papillon	Puisse tu marcher paisiblement à travers le monde et apprécier tous les jours la beauté de la vie – prière Apache
Quand tu me manques, je mets ma main sur mon cœur car je sais que c'est le seul endroit où tu existes toujours	Que votre parole soit impeccable – N'en faites pas une affaire personnelle – Ne faites pas de suppositions – Faites toujours de votre mieux (les 4 accords toltèques)
Je suis moi-même, je m'aime et je me respecte – Mantra	Qui sème la gentillesse récolte l'Amour
Faites que le rêve dévore votre vie afin que la vie ne dévore pas votre rêve – A de Saint Exupéry	Quand tu pardonnes, tu guéris. Quand tu lâche prise, tu grandis
Je me souhaite de la joie et du bonheur	J'écoute mon corps – Mantra
Choisis un travail que tu aimes et tu n'auras jamais à travailler un seul jour de ta vie – Confucius	Je vis le moment présent – Mantra
Avez-vous pensé à rire et vous amuser aujourd'hui ?	Je suis reconnaissant – Mantra
Écoute tes émotions, Accueille-les, Laisse-les s'exprimer. Elles ont un message à te délivrer	Je prend l'habitude d'affirmer des choses positives
Si vous avez cru au Père Noël pendant huit ans, Vous pouvez bien croire en vous pendant au moins 5 minutes	Je suis une lumière, je brille – Mantra

Aimer le silence, c'est aimer être avec sa propre compagnie pour entendre penser son âme – chemin de paradis	Je suis en parfaite harmonie avec tout ce qui m'entoure - – Mantra
On ne peut pas arrêter de penser. Mais on peut arrêter d'écouter ses pensées – Eline Snel	Je baigne dans l'amour – Mantra
Je me libère de toute colère – Idéaux Reiki	Tout les jours et à tous points de vue, je vais de mieux en mieux - – Mantra
Je respecte toute forme de vie autours de moi – Idéaux Reiki	Ce que tu penses tu le deviens, Ce que tu ressens tu l'attires, Ce que tu imagines tu le crées – Bouddha
Appréciez vous et honorez votre âme	Tu deviens responsable pour toujours de ce que tu apprivoise – Le petit Prince
La confiance en soi est le plus grand des arts	Si un problème a une solution, il est inutile de s'en inquiéter Si il n'en a pas, s'inquiéter n'y changera rien – Proverbe Tibétain
Soyez fier de ce que vous êtes	On ne voit bien qu'avec le cœur. L'essentiel est invisible pour les yeux – Le petit Prince
J'ai confiance en moi – Mantra	Pour les uns qui voyagent, les étoiles sont des guides – Le petit Prince
La vie te donne toujours une autre chance. Elle s'appelle demain	Je suis en paix avec moi-même – Mantra
J'accepte ma part de responsabilité dans tout ce qui m'arrive – Mantra	Je ressens une profonde gratitude pour la beauté de la vie et ses bienfaits – Mantra
Les décisions que je prends tournent toujours à mon avantage – Mantra	J'aime la vie, Je me sens libre d'aller de l'avant – Mantra
Je me distingue pas mes compétences et réussis facilement ce que j'entreprends – Mantra	Tout changement qui s'opère dans ma vies est bénéfique – Mantra
Je me sens parfaitement bien dans mon corps et dans ma tête - – Mantra	Je conserve mon calme en toutes circonstances – Mantra
Je conserve mon calme en toutes circonstances – Mantra	Qui sème la gentillesse récolte l'Amour

Je m'aime et je me respecte	Tout viendra à moi au bon moment. Je suis patient
La vie me sourit	J'apporte de la bonne humeur. La vie m'apporte son sourire
Je suis un aimant à miracles	J'ai de la gratitude envers la vie. Je remercie la vie.
Je me sens bien, je suis heureux	Je prends du temps pour moi
Je suis apte à créer le bonheur partout où je me trouve	Je suis en paix avec moi-même Afin d'être en paix avec le monde
Je me libère de toute colère	Tout les jours et à tous points de vue, Je vais de mieux en mieux
Mon corps est le temple de mon âme	Quand je pense positivement, Je trouve des solutions à tout
Chaque jour, je fais quelque chose qui me rend heureux	Puisse le soleil m'apporter chaque jour une nouvelle énergie, Puisse la lune chaque nuit me ressourcer pleinement – prière Apache
Pour être en paix, je vis dans le présent	Puisse la pluie me laver de tous soucis, Puisse le vent m'insuffler de nouvelles forces – prière Apache
Ma parole est impeccable et respectueuse	Je marche paisiblement à travers le monde et j'apprécie tous les jours la beauté de la vie – prière Apache
Je fais toujours de mon mieux, c'est le principal	Je sème la gentillesse, je récolte l'amour
Je suis moi-même, je m'aime et je me respecte	Quand je pardonne, je guéris
Je baigne dans l'amour	Je respecte toute forme de vie autour de moi
Je me souhaite de la joie et du bonheur	J'écoute mon corps
Je respecte toute forme de vie autour de moi	Je vis le moment présent
Avez-vous pensé à rire et vous amuser aujourd'hui ?	Je suis reconnaissant envers la vie
Écoute tes émotions, Accueille-les, Laisse-les s'exprimer. Elles ont un message à te délivrer	Je prend l'habitude d'affirmer des choses positives
J'aime le silence, il me permet d'apprécier ma propre compagnie	Je suis une lumière, je brille

Je calme mon mental, je calme mes pensées	Je suis en parfaite harmonie avec tout ce qui m'entoure
Je m'apprécie, j'honore mon âme	Les décisions que je prends tournent toujours à mon avantage
J'ai une grande confiance en moi	Je me distingue pas mes compétences et réussis facilement ce que j'entreprends
Je suis fier de ce que je suis	Je me sens parfaitement bien dans mon corps et dans ma tête
J'ai confiance en moi	Je conserve mon calme en toutes circonstances
La vie te donne toujours une autre chance. Elle s'appelle demain	Je suis en paix avec moi-même
J'accepte ma part de responsabilité dans tout ce qui m'arrive	Je ressens une profonde gratitude pour la beauté de la vie et ses bienfaits
Tout changement qui s'opère dans ma vies est bénéfique	J'aime la vie, Je me sens libre d'aller de l'avant
Je suis un cadeau de la vie	J'ai des mots et des pensées positives
J'écoute mes émotions, elles ont un message à me délivrer	Chaque jour apparaissent de nouvelles occasions dans ma vie
Quoi qu'il arrive, je n'en fais pas une affaire personnelle. Je ne suis aucunement responsable de ce que les autres font ou disent	je me concentre sur ce qui est essentiel pour moi
Si besoin, je pose des questions. Je m'intéresse à la vérité (Je ne fais pas de suppositions)	Je suis inspiré et j'ai la puissance pour accomplir ma journée
Je mérite d'être prospère et je réussis	Je mérite ma place parmi les autres
La vie m'offre des possibilités infinies	Je ressens beaucoup d'amour dans mon cœur
J'accepte de vivre dans la joie et la bonne humeur	Je vis l'instant présent.
Je prend du temps pour détendre mon corps et mon esprit	C'est une belle journée qui commence !
Aujourd'hui, la vie me sourit, je m'amuse	J'ai confiance en mon ressenti
J'apporte de la joie à tout ceux qui m'entourent	J'écoute mes émotions et leur message