

Souhais

Inspiration

**VISION
BOARD**

Conscience

Objectifs

**Équilibre &
bien-être**



Dharma

Vocation personnelle et devoirs

Dans votre
Communauté

Dans le monde

Famille/ À la maison

Votre éducation

Comment pouvez-vous contribuer?
Qu'avez-vous à offrir qui vous anime et
qui est naturel pour vous?

Vocation personnelle



Aertha

Prospérité & sécurité

Sources de revenu

Soutien
relationnel et
matériel

Connaissances &
compétences

Santé

Qu'est-ce qui vous soutient et vous facilite
la vie afin de vous aider à réaliser votre
Dharma?

Objectifs



Kama

Joie et plaisirs de l'expérience humaine

Vos activités

Avec sa famille

Dans ses relations

Dans son travail

Qu'est-ce qui vous fait vibrer et qui vous fait du bien?

Comment cette source de joie peut-elle soutenir votre Dharma?

Profiter de la vie!



Moksha

Libération



Développement
personnel

Méditations
Observation de soi

Lectures | Podcasts

Partages,
accompagnement, soins

Comment restez-vous présent.e. à vous-
même? Comment accueillir et adresser vos
souffrances?



Émancipation

R É S U M É

PREMIERS PAS

TOP PRIORITÉS :

À FAIRE :

Notes :