

Introduction

Quelques mots sur ma mère, notre lien et sa sagesse

Ses perles de sagesse

L'infini possible

1. Tu es capable
2. The sky is the limit (Le ciel est la limite)

Trouver les cadeaux

3. Regarde c'est quoi le cadeau là-dedans
4. Regarde c'est quoi l'héritage de la relation
5. Une fois au fond, remonte avec le trésor
6. Fais en sorte que la leçon vaille au moins 3 000 euros

L'acceptation de ce qui est

7. Dans le Grand Plan
8. Le lâcher-prise, c'est un laisser-aller... et un laisser-venir
9. La Vie fait des lignes droites avec des lignes croches
10. Ce n'est pas en tirant sur une fleur qu'on la fait pousser
11. Il n'y a rien qui ressemble plus à une maison en démolition qu'une maison en reconstruction
12. Join the human race (Rejoins la race humaine)
13. On verra, on verra
14. Je ne me souviens de rien, mais c'était bien

L'écoute de soi

15. La métaphore des trois fontaines
16. L'énergie saine de la colère
17. It takes one to spot one (Il faut en être un pour en repérer un)
18. Je demande à mon subconscient
19. Sois douce avec toi-même

La communication

20. Je vais y penser et je te reviens plus tard
21. Je prends la parole puis je ne dis rien
22. Efface et reformule
23. Agis avec stratégie
24. Do you want an unsolicited advice ? (Veux-tu un avis non sollicité ?)

La parentalité et le lien parent-enfant

25. Baisse ton seuil de tolérance
26. Choisis la bonne conséquence et sois conséquente
27. Si tu le laisses te manquer de respect, c'est à 50 % du genre humain que tu lui apprends à manquer de respect
28. Le traitement choc de l'eau de la piscine qui a tourné
29. Starve, love, Mom (Crève de faim, je t'aime, Maman)
30. Le plus important, ce n'est pas tant les erreurs que tu as faites, mais comment tu les ré pares

31. Nourrir le lien malgré les différends

Le plaisir, l'humour, la légèreté

32. Mon objectif c'est d'avoir du plaisir

33. Savoure

34. Merci mon Dieu pour tout ceci, ou mieux encore

35. Bienvenue beaucoup

36. Je vais l'manger en cachette

37. I'll drink to that (Je vais lever mon verre à cela)

38. Je louerais mon corps pour ça

39. Bienvenue dans le club des Crackpots

Bonus

40. Une prière à l'univers

Conclusion

Remerciements

Contact