

Caroline Michot



GUERISON ENERGETIQUE ET SPIRITUELLE

Comment est-ce que je fonctionne et comment puis-je évoluer ?

DEUX ETATS SONT POSSIBLES DANS MON QUOTIDIEN. CELUI DE LA PEUR ET CELUI DE L'AMOUR

L'âme, en s'incarnant, se coupe de sa source, de sa lumière, de sa grande famille spirituelle, ce qui engendre des peurs. Ce sont des énergies qui nous empêchent de faire l'union entre la conscience humaine et la conscience divine : elles sont un barrage.

La peur (stress, doute, manque de confiance, souci, jalousie, non estime de soi-même) est un état d'aveuglement et d'automatisme, elle est conditionnée par le passé ou la projection d'un manque futur.

C'est une invention du mental, j'agis en fonction de croyances automatiques guidées par la peur, ce sont des **croyances réflexes**.

La croyance réflexe alimente de nouvelles peurs de perdre, de n'être jamais satisfait, elle se fonde sur la peur du manque.

La peur et l'anxiété sont les ennemies de la lumière.

Pour pouvoir réellement travailler sur nos peurs, il faut pouvoir les reconnaître. A partir du moment où nous les reconnaissons, où nous apportons de la lumière, elles n'ont plus ni importance ni influence sur nos vies. Il y en aura de moins en moins et ainsi nous élèverons nos fréquences vibratoires.

Nous pouvons demander à être libéré de cette énergie de peur qui, parfois, freine la compréhension de ce que nous sommes, de notre mission sur Terre.

L'amour est un état de conscience, d'infini et de lien, il ne s'exprime que dans le présent, il a tout à offrir. On s'éveille à ce que désire notre cœur, c'est **l'état de confiance**. Cet état affirme que plus nous donnons, plus riche est notre vie. Il repose sur l'abondance, il prend naissance en nous.

Jusqu'à cette prise de conscience, nous fonctionnons par automatisme, dirigés par l'ego qui nous contrôle. **L'ego** nous enseigne que le monde est dangereux, il établit ses propres règles, ses mécanismes de défense et d'attaque et nous préserve dans la peur, il nous maintient dans l'illusion que l'autre est le problème.

L'ego juge, blâme et joue avec les sentiments. **L'amour** inconditionnel est une menace pour **l'ego** car cet état l'obligerait à disparaître.

CHANGER D'ETAT VIBRATOIRE, ELEVER NOS CONVICTIONS

Fréquence vibratoire : c'est l'état de bien-être à un moment précis

Plus je suis en harmonie avec moi-même, en connexion avec l'autre, plus l'amour que je génère est fort et plus la fréquence vibratoire est élevée.

J'entre dans le champ illimité des possibilités.

Il suffit d'avoir conscience de mon état vibratoire et des ondes que j'émet.

En arrêtant le mental, les croyances réflexes disparaissent pour ne laisser place qu'à la vérité de l'instant. Je pénètre dans la vibration du cœur, pour me fondre dans le seul sentiment : **l'amour**.

C'est à partir de cet état que je peux créer tout ce que je souhaite.

COMPRENDRE QUI JE SUIS ET COMMENT JE FONCTIONNE

La matière est composée d'espace, elle est vibrante, vivante et intelligente. Elle forme un champ énergétique qui unifie tout l'univers avec lequel je suis en communion par mes pensées, mes émotions et l'ensemble de mes sentiments.

Face à une situation, je ne perçois qu'une partie de la vérité, avec les limites de ma vision, de ma perception, de ma compréhension, de mes croyances, de mon éducation, etc. Je fabrique ma réalité à partir de ma connaissance et de mes expériences.

Ma réalité est aussi conditionnée par mes émotions. Il est difficile d'être objectif face à une situation puisque je la traite en y ajoutant une réaction affective subjective : la même information libérée à un instant précis devant deux personnes, sera considérée différemment par l'une ou l'autre suivant les modèles neuronaux, suivant les expériences vécues.

Quand je répète des comportements identiques tous les jours, les neurones créent une relation durable qui détermine ma personnalité.

CHANGER MES CROYANCES

Chaque fois que j'interromps le processus mental qui produit une réaction chimique dans mon corps, les neurones impliqués commencent à détruire leur lien.

Le cerveau se recrée via les informations que je lui envoie et les pensées que je formule.

LA FORCE DE LA PENSEE ET DE LA CONCENTRATION BIENVEILLANTE A UNE ACTION D'HARMONISATION

Toutes nos pensées/nos réflexions prennent racine dans l'un des deux états : la Peur et l'Amour :

★ **La peur** entraîne la peur du manque, la tristesse, la colère, l'agressivité et bien d'autres émotions qui ont un effet désastreux sur notre corps

★ Les pensées générées dans un état **d'amour** permettent l'harmonie du corps, la réconciliation, l'unité, le bien-être

Pour accéder à la transformation, il faut prendre conscience de sa souffrance, indépendamment de sa situation matérielle et/ou sentimentale : les moments de bonheur sont brefs, les plaisirs sont éphémères, je retombe dans un mal-être dès qu'une situation ou une personne me contrarie, je ne trouve plus ma place dans ce monde, je vis les situations comme des injustices, etc.

La transformation commence au moment où je souhaite voir ma vie évoluer.

Au plus profond de moi, je sais que ma pensée résonne et que le rêve n'est pas loin. Mais il est difficile de manifester car **l'ego** freine, il me décourage. Rien ne peut bloquer un désir qui émane du cœur, sauf **l'ego**.

La transformation comprend deux stades

★ Je suis déterminé(e) à voir les choses différemment.

Ma volonté est de changer, de me connaître pour me libérer de mes réactions automatiques.

Je construis et renforce mon système de croyances par mon éducation, ma culture, mes expériences. J'intègre comme une vérité les phrases qui me sont répétées.

Par conséquent, j'agis par automatisme, je reproduis les cycles antérieurs en m'angoissant pour l'avenir.

Mon obsession du résultat engendre ma peur de l'échec. Je souffre de l'incertitude :

- soit j'atteins mon but, j'en fixe un suivant et je m'inquiète de nouveau
- soit je n'y arrive pas et je m'effondre
- ▶ l'objectif devient un traumatisme

L'échec n'existe que dans le monde de **l'ego** car il est source de jugement. Alors que ce sont les expériences qui me permettent de grandir et d'apprendre. C'est en acceptant l'épreuve que j'accède à mes rêves. C'est le processus normal de l'apprentissage.

En lâchant la pression de l'erreur, je peux me libérer des barrières de **la peur** et commencer la transformation. Lâcher la volonté que ça réussisse.

Je deviens libre au moment précis où je deviens conscient, c'est-à-dire que je peux visualiser mes souhaits mais sans vivre dans la crainte de ce qui va se passer ou pas : c'est dans cet espace que je peux prendre les décisions sans le poids du passé, sans culpabilité ni projection sur l'avenir.

Si je laisse mes peurs m'emprisonner dans le futur, je ne peux pas vivre le bonheur : l'objectif est de prendre du plaisir à chaque instant, si mon objectif est d'être heureux alors chaque seconde est le résultat.

Je peux voir les autres et les faits tels qu'ils sont, en me détachant du prisme de la peur. C'est ainsi que les pensées automatiques s'arrêtent et que j'accède à mes rêves en connexion avec l'instant.

En sortant de mes croyances, le processus se met en place. Mon bien-être ne dépend pas de l'approbation des autres ni de la réussite ou de l'échec d'un projet/d'une relation.

Pourquoi est-ce que je revis le même scénario dans ma vie ?

Les cycles se reproduisent tant que je les alimente.

Je vis ce que je crée, j'inscris un scénario dans mon système de pensées. Pour arrêter ce processus, il faut stopper cette croyance en contrôlant son mental.

A chaque fois qu'une idée ne convient pas, je ne la rejette pas mais je l'annule par une image opposée puis je valide à voix haute ce que je transforme :

« je perds mes moyens à l'oral » _ « je suis à l'aise à l'oral et je m'exprime avec facilité »

Si je souhaite attirer du positif, je suis positif(ve) dans mes pensées, dans mes mots, dans mes actes.

C'est la loi d'attraction, j'attire ce que je suis.

La loi d'attraction, ce n'est pas répéter, toute la journée « je veux ça, je veux ça... », c'est une vibration qui répond à la vibration de mon cœur.

Quand je me connecte à la vibration de mon cœur, j'ouvre un espace qui abolit la notion de temps.

Comment faire ?

- Je formule en visualisant ma vie comme si elle était déjà une réalité. Je peux répéter au quotidien des affirmations au présent sans impliquer d'autres personnes :

« je crois en moi » ; « j'écoute les signes qui me guident » ; « j'obtiens ce que je veux, je mérite le meilleur »
« à partir de maintenant, je... » ; « je vis l'harmonie dans ma relation de couple » ; « je mérite de recevoir »

★ J'accède à mon potentiel

Comment faire ?

- Je ne me juge pas : tout ce que j'ai pu faire était utile pour comprendre
Accepter la transformation et le changement, c'est aussi admettre son passé avec bienveillance.
« Je suis ce que je suis, conscient de mes forces et de mes faiblesses avec de nouveaux objectifs »
Il ne sert à rien de se positionner en victime ou d'avoir des regrets.
J'ai de la compassion pour moi-même
- Je peux faire la liste de mes compétences, de mes talents, de toutes les qualités que j'ai pu développer
- J'admets ma situation, y compris celle de ne pas savoir ce que je veux au fond de moi.
Accepter ce qui est donne accès à la vérité. Accueillir ce qui est me permet ce processus de changement car il m'affranchit du poids du passé, de la peur, du jugement et de la panique du futur
- Je suis attentif(e) aux coïncidences de la vie et laisse faire l'univers, qui agira selon les lois de l'attraction.
Plus je lâche le contrôle, sans juger, moins la perception intervient, plus je fais confiance à l'univers, plus la magie opère. La vie m'amène là où je dois aller.

J'ai en moi un endroit où le savoir est illimité, une partie de moi qui me rappelle que je suis connecté(e) à quelque chose qui me dépasse.

Se brancher à cette source interne me permet d'avoir accès à tout mon potentiel de création. Je commence à entendre ma petite voix intérieure, à écouter mes intuitions. Accéder à l'essence de toute chose nécessite de dépasser la compréhension.

La guérison revient à comprendre qu'il y a un espace en moi de perfection.

En augmentant mon niveau de conscience, j'élève mes fréquences et renforce mon système immunitaire.

Tant que le cerveau émotionnel guide mes réactions dans des cycles répétitifs automatiques, le mental prend toute la place.

Il est difficile alors d'atteindre l'énergie universelle, là où l'énergie est pure, c'est un champ de fréquences supérieures, là où naissent mes intuitions.

Dans cet espace, l'âme prend le dessus sur mes automatismes et déprogramme, une à une, mes cellules avec de nouveaux codes qui me libèrent des mémoires polluées. Je peux tester une forme de communication novatrice.

Je l'expérimente déjà en écoutant ce qui se passe en moi :

- Je suis attentif(e) aux signaux qui émanent de mon cœur face aux personnes que je croise, aux lieux qui m'apaisent, aux remarques qui me blessent, etc.
- J'écoute les messages et je les prends au sérieux
- J'ai fondamentalement la foi

L'ego n'offre aucune protection, juste des strates d'illusion qui plombent et contraignent à ne pas bouger.

★ Je manifeste

- Je peux me poser la question du « Pourquoi ? », je veux manifester/matérialiser un projet/une rencontre, etc. mais pas du « Comment ? »

Le « Comment ? », c'est l'univers/le divin qui va apporter les outils. Je peux amorcer les premiers pas et ensuite demander les moyens/les opportunités/les personnes qui viendront apporter des concrétisations.

- Dans mon cœur et dans la joie, je change ma manière de penser, je me libère de certaines croyances et je peux manifester
- Je suis attentif(ve) à mes rêves et je me concentre sur des pensées positives
- Je lâche prise sur la volonté que ça réussisse, je garde la foi quoi qu'il arrive

Comment faire ?

Je peux écrire dès maintenant ma vision confiante de la vie :

« Je décide de voir que la vie est est belle »

« Aujourd'hui, je déclare le début de ma vie où j'accepte de recevoir l'abondance, où j'accepte d'avoir tout ce dont j'ai besoin. J'arrête de tout vouloir contrôler, de vouloir à tout prix que les choses se fassent. J'accepte qu'elles se fassent à leur rythme ».

L'abondance ne se crée pas, elle est déjà là. Ce qu'on crée c'est une conscience de manque, de perte, de peur.

MA RELATION A L'AUTRE ET A L'AMOUR

Dans mes relations sentimentales, j'attends bien souvent que l'autre comble mes carences, mes besoins non satisfaits. Je projette sur l'être aimé mes attentes. Il se donne le rôle de répondre et d'alimenter mes dysfonctionnements. J'entre dans une relation de dépendance mutuelle.

Lorsque j'ai un coup de cœur pour une personne, j'ai l'impression que ça se passe au niveau du cœur alors qu'il s'agit d'une réaction chimique au niveau du cerveau. Ce dernier libère des molécules chimiques euphorisantes : les défauts de l'autre disparaissent ainsi que mes propres maux physiques ou psychologiques. Mais le cerveau s'habitue à toutes ces hormones de bien-être et peu à peu je commence à voir la personne comme elle est. C'est à partir de ce moment que peuvent naître les déceptions, les conflits, l'impression de ne pas être écouté(e), le manque de communication, etc.

L'Amour naît du travail sur soi, dans l'acceptation de qui je suis, de qui est l'autre et du soutien mutuel. Il naît dans le cœur.

Tant que je suis dans l'aveuglement ou dans la peur, je ne peux pas aimer. Je ne peux pas recevoir ce qui ne vibre pas comme moi.

Pour rencontrer l'Amour, je dois me débarrasser des émotions négatives comme la colère, la peur, les attentes, etc.

Pour vivre l'Amour, je commence par comprendre ce qu'il n'est pas. Ce n'est pas qu'une attirance entre deux personnes, ça, c'est une version limitée de l'amour, dans laquelle je cherche à combler mes manques et ma solitude.

L'Amour est inconditionnel, dans cet espace, je peux offrir et partager ce que je suis. C'est un leurre de croire que quelque chose d'extérieur à moi viendra me combler.

L'Amour est partout : dans chaque être, en chacun de nous. Ma peur vient du fait que je l'ignore. Je fais partie d'un tout dans lequel je suis aimé(e) par des énergies qui veillent sur moi.

Comment changer la vision de mes relations ?

- ★ Je ne suis pas victime du monde que je vois.
Je dois le regarder avec bienveillance et non comme une menace, pour pouvoir accéder à la paix intérieure.

Je ne garde que l'Amour de mes expériences passées. Le reste me maintient dans de fausses croyances, domaine de l'ego et maintient un lien invisible avec l'Autre. Le passé est terminé, je ne peux pas le changer.

En me positionnant en victime, je pense avoir de bonnes raisons d'être en colère. C'est une pensée erronée car je suis acteur(ice) et responsable de ma vie. J'ai le choix de regarder le monde avec Amour ou avec Peur.

- ★ J'arrête toute supposition

En prenant conscience qu'en interprétant tout ce que font ou pensent les autres, je comprends que je perds une partie importante de mon énergie. Les hypothèses deviennent des réalités qui créent des problèmes inexistantes.

Je justifie facilement mon mal-être par l'accusation d'un comportement extérieur plutôt que d'accepter l'incertitude.

- ★ J'arrête de juger tout ce qui se produit et les personnes

Quand l'un de mes défauts ou l'une de mes blessures est mis à jour, je préfère juger, critiquer ou rejeter l'autre pour ne pas mettre à jour mes propres « faiblesses ».

Pour retrouver le bien-être, je dois regarder le monde avec bienveillance. Je peux alors sortir du besoin d'avoir raison, c'est un exercice de chaque instant.

Comment faire ?

- Dès que je critique, je remplace cette idée par une autre bienveillante
- Quand je ressens l'agressivité d'une personne en face de moi, j'observe son état et je lui envoie des pensées positives plutôt que de l'agressivité à mon tour. Si c'est trop difficile, j'accepte simplement qu'il soit dans la souffrance, dans la Peur.

J'arrête de vouloir m'appropriier les situations, les personnes ou les choses.

- ★ J'arrête de me comparer aux autres

Comment faire ?

- Je prends conscience de mon égalité car en me comparant, j'entretiens mon individualisme et je mets en place des échelles de valeurs, de respect de l'autre en fonction de critères comme l'argent, la taille, la couleur de peau, le sexe, l'âge, l'instruction, la façon de se vêtir, de penser, etc.
Comparer m'enferme dans la croyance du manque.

Comprendre qu'il y a une autre manière de penser et de réagir me permet d'accéder à un espace oublié en moi : un endroit où je peux ressentir le lien à toute chose et à toute personne

- Je m'entraîne à passer de la recherche de différences à la recherche de ressemblances ainsi, je peux entrer en harmonie dans la relation à l'autre. Ce qui me fait mal est une zone d'ombre non réglée en moi. Il suffit d'accueillir l'autre car il m'ouvre les portes de la compréhension en étant mon miroir : Si je me mets des limites à l'intérieur, je rencontre des personnes qui me mettent des limites : « tu n'es pas formé » ; « tu n'es pas qualifié » ; « tu n'as plus l'âge », etc. Ces personnes manifestent dans le monde mes propres peurs, et les leurs.

★ Je cesse d'être dans l'illusion

Trois attitudes sont possibles face à une nouvelle rencontre :

- L'attirance : ce qui m'attire c'est une partie de moi-même pas encore développée chez moi, ce que j'aimerais voir grandir au plus profond de moi
- Le rejet immédiat : ce qui m'est le plus difficile à reconnaître chez moi (exemple d'une personne qui est très à l'aise peut nous renvoyer un complexe d'infériorité, etc.)
- L'indifférence

Quand je suis blessée(e) par quelqu'un, ce n'est qu'une illusion de l'ego. L'autre n'est que le reflet de ce que je n'ai pas réglé, ça ne signifie pas que je lui ressemble en tout point mais que ce qui m'agace dans ses agissements est une zone d'ombre que j'apprends d'approcher en moi car elle me fait souffrir. C'est un révélateur de ma conscience.

Je ne suis pas contrarié(e) pour les raisons que me présente l'ego :

- Souvent, je pense que les circonstances extérieures sont la cause de mes humeurs : je ne vis qu'en réaction à ce qui m'entoure. J'ai le sentiment que tout s'acharne contre moi.

Si quelqu'un me sourit, je me sens aimé (e) ; au contraire, s'il est distant, je me sens agressé(e).

Si quelqu'un me fait un compliment, je suis dans la joie ; au contraire, s'il me critique, j'attaque à mon tour.

Je suis en réaction, je subis et je mets en place mon système de défense en considérant que l'extérieur guide ma vie.

- La douleur peut ressurgir quand je suis confronté(e) à une situation qui m'a fait souffrir dans le passé, je me retrouve dans une zone d'inconfort, d'obligation.

Exemple : une personne de mon entourage se plaignait tout le temps : soit je n'avais pas le droit de me plaindre, soit cette personne se servait de ce mécanisme pour exister et je devais l'écouter se plaindre et la soutenir, sans pouvoir exprimer ma propre souffrance.

Je change de point de vue : je pars de l'hypothèse que les événements extérieurs ne sont que le reflet de ce que je suis. Mon comportement reflète mon état intérieur comme un miroir :

Je suis attentif(ve), calme, etc., les autres se sentent rassurés ; je suis en colère, les autres se sentent en insécurité et me renvoient une image désagréable.

Mes actions, mes pensées ont une action sur l'autre qui me reflète.

Comment faire pour identifier et travailler sur mes douleurs ?

- Je note les remarques et attitudes qui me blessent
- Que puis-je apprendre sur moi-même du comportement de cette personne ?
- Je note ce que j'ai du mal à accepter chez l'autre
- Est-ce que j'ai déjà expérimenté cette situation qui me dérange ?
- Je note ce que j'aime et ce qui me plaît chez une personne ou dans une situation

Plus je prends conscience de mes blessures, plus je peux m'en libérer et laisser place à mon potentiel. Le plus difficile est de sortir de mes habitudes automatiques. Je m'accepte comme je suis au lieu de lutter pour maintenir une image de moi qui m'éloigne du bonheur. Est-ce que je souhaite avoir raison ou retrouver la sérénité ?

En prenant conscience qu'en agressant l'autre, je me fais du mal à moi-même, je sors de mes ressentiments (colère, peur, agressivité, etc.) pour retrouver ma liberté intérieure.

Je suis actif(ve) et responsable de ce qui m'arrive. Je deviens conscient(e) que mon bien-être dépend de moi et d'aucun autre élément extérieur.

En sortant du prisme de l'ego, j'accepte les autres comme des miroirs de mon propre inconfort, je peux travailler sur mes peurs et mes manques.

Chaque contrariété est un enseignement sur ce que je dois travailler. L'ego répond à tous les problèmes en rejetant la faute sur l'autre. Or, l'accès à ma paix intérieure ne peut pas passer par l'autre car vouloir changer l'autre répond aux besoins de l'ego : le contrôle et la domination.

LE MOMENT PRESENT

Le futur est un poison au même titre que le passé. S'accrocher à une illusion, qui par définition, n'existe pas, condamne à la souffrance. Vivre dans un autre temps que le présent est une illusion de l'ego.

La souffrance est liée à la peur de ne pas pouvoir se projeter dans l'avenir. En projetant le futur, je peux passer à côté du bonheur déjà présent autour de moi.

J'alimente mes angoisses associées aux pensées hypothétiques : « et si je restais seul(e) » ; « et si je ne réussissais pas mon projet », etc.

Ce n'est pas le présent qui fait mal mais la perte des illusions quand une situation que j'avais projetée ne se réalise pas.

La vie se charge de me le rappeler (perte d'emploi, maladie, rupture sentimentale, etc.) pour me ramener au moment présent et me permettre de me connecter à mon potentiel.

PRISE DE CONSCIENCE ET ACCEPTATION

Pour sortir de ma souffrance, je cesse de me comporter en victime, je fais taire le mental. Le problème et la solution sont déjà en moi. La souffrance n'existe pas sans la pensée.

Comment faire ?

- Je suis attentif(ve)s à toutes mes pensées pendant une minute
En faisant cela, je me rends compte, que lorsque je traque mes pensées, elles ne se manifestent pas et les sensations douloureuses associées disparaissent.
Je peux décider de ne plus être contrôlé(e) par mes pensées automatiques.

Je vis en phase avec mes désirs profonds, sans crainte du rejet, je me fais confiance, je suis dans l'amour de moi-même.

Je vis ce que je dois vivre en rencontrant les personnes et les expériences au bon moment pour atteindre mes objectifs.

LE PARDON

Si je fais le choix du bonheur, de l'Amour, le pardon en est la clé. Pour accéder à l'Amour, je dois être en paix. Le pardon (ou la clémence) conduit à comprendre mes erreurs de jugement, me met face à mes responsabilités : je ne suis pas innocent(e), mes « ennemis » ne sont pas coupables, alors il n'y a plus de victime, plus de bourreau.

Je peux faire le choix de ne plus continuer à souffrir dans les mécanismes que j'ai créés en abandonnant l'ego et toutes les solutions de souffrance qu'il propose : agressivité, violence, etc.

Se pardonner de ne pas toujours prendre la bonne décision et pardonner à l'autre d'être dans la Peur.

Je suis responsable de ma douleur (alimentée par l'ego), cette compréhension me permet de dépasser mes croyances (ce n'est pas l'autre qui me fait souffrir mais son comportement/ses mots viennent révéler des souffrances non résolues à l'intérieur de moi).

JE NE SUIS PAS SEUL(E) SUR CE CHEMIN

Nous ne sommes qu'énergie, une concentration d'atomes qui fait de tout une immense vibration intelligente. C'est pourquoi, toute action de ma part a une conséquence sur ce qui m'entoure et sur moi-même.

Est-ce que je souhaite continuer à vivre dans la peur avec toutes ses conséquences ou est-ce que je souhaite retrouver la paix intérieure, le chemin de l'amour ?

Je me rappelle que l'ego m'empêche l'accès à ce que je suis pour sa propre survie.

Se poser la question du pourquoi « pourquoi je vis ça ? » ; « pourquoi il m'est arrivé ça ? » etc . en étant tourné vers le passé ne m'apporte aucune réponse satisfaisante ni la paix et me fait perdre mon énergie et abaisse ma fréquence vibratoire.

Je choisis d'être dans la gratitude pour ce que j'ai déjà, je peux être dans la plénitude avec ce que j'ai déjà.

Je peux me concentrer sur le fait d'avoir de la joie et de la gratitude avant que ma vie change. Avoir de la joie là où je suis et après le changement arrive.

Je peux avoir le pouvoir et la faculté de choisir ce que je veux vivre et les pensées qui m'habitent.

Je peux transmettre l'Amour par chacune de mes pensées, chacun de mes gestes, chacune de mes actions.

La seule façon d'intégrer ces transformations dans mon quotidien est de les expérimenter.

Quand les automatismes reviennent, je ne renonce pas et je recommence. La pensée influence le résultat.

Je peux vivre chaque instant en pleine confiance et faire rayonner ma lumière intérieure.

La confiance c'est avoir suffisamment foi en soi pour continuer d'avancer et assez d'assurance pour y arriver.

Par ce cheminement spirituel, j'apporte une vraie contribution à la planète et je suis soutenu(e). Quand je travaille dans la lumière, je suis mis(e) à l'abri.

LE TRAVAIL ENERGETIQUE

Un(e) thérapeute énergétique ne peut pas nettoyer le vécu d'une autre personne.

En revanche, en ayant conscience d'être un canal, un transmetteur d'énergie et en la redistribuant, il/elle peut :

- identifier et nettoyer les souffrances et blocages énergétiques
- aider à faire prendre conscience, à démêler des situations vécues antérieurement et difficiles à comprendre pour la personne incarnée
- transmettre des outils pour apprendre à se relier à soi d'une manière consciente et à prendre conscience qu'il n'y a aucune séparation entre le corps, l'âme, l'esprit et le divin

Dans les maladies physiques, certaines personnes choisissent de vivre la maladie afin de faire évoluer les personnes qui les entourent et/ou d'aller plus vite dans l'évolution vécue au travers des expérimentations.

Il se peut que le programme de vie de la personne soit tel qu'il est nécessaire qu'elle vive réellement des dysharmonies au niveau de son corps.

A ce moment là, le thérapeute est là pour aider la personne à mieux vivre ses expériences.

En ayant conscience de votre propre pouvoir intérieur, vous avez conscience que vous pouvez agir en permanence sur votre corps au travers de pensées positives.

Le simple fait de formuler cette pensée « Je suis en parfaite santé » imprègne votre subconscient de cette santé parfaite et la crée dans votre corps.

Offrez l'énergie d'Amour Lumière à tout votre corps !

Il se peut que malgré le travail que vous faites sur vous, vous n'arriviez pas à retrouver une santé optimale car l'ego peut occulter la puissance de la Lumière qui est en vous.

Quand vous exprimez une demande, une affirmation, une attente par rapport à une transformation que vous désirez ou tout autre chose, instantanément, l'ego fait agir le mental qui bloque la demande et sa réalisation.

Pour cette existence, afin que vous puissiez expérimenter la vie dans la matière, il vous est donné cet ego avec ses contraintes, ses limitations.

L'ego est le maître absolu tant que vous n'avez pas réussi à le domestiquer, à ce que votre conscience spirituelle arrive à être au-dessus de votre conscience humaine.

C'est un travail en profondeur qui nécessite une grande maîtrise sur vos pensées, sur vos paroles et sur vos émotions qui sont très puissantes dans le blocage de certaines transformations.

Quand vous serez à l'écoute de vous-même, que vous saurez gérer vos émotions, vos impulsions, que vous saurez gérer vos pensées et vos paroles, le sas s'ouvrira entre la formulation de votre demande et la réalisation de votre demande.

Le but de votre évolution est de pouvoir faire l'unité entre l'ego et la conscience spirituelle. Ainsi, vous fonctionnerez d'une façon différente et des « miracles » pourront s'accomplir dans votre vie.