




*« Il est temps de commencer à  
vivre la vie dont vous avez rêvé. »*

Henri JAMES



Puis j'ai attrapé un coup de soleil,  
un coup d'amour, un coup  
de je t'aime...

« ... LA LUNE M'AVAIT RÉPONDU ! »

---

Le lendemain, au petit déjeuner, sur la terrasse, dans mon village Corse, un nom, un seul me vient en tête : Joe Dispenza. Je ne le connais absolument pas. Je n'en ai jamais entendu parlé et à tel point que je me dis mais « Qui c'est celui là, il est mort ou vivant ? »

Je regarde sur You Tube. Merveilleuse époque où toute la connaissance navigue dans le cloud. Je découvre qu'il est bien vivant, pas si vieux que cela et semble assez jovial. Alors je commence à écouter l'une de ses conférences et là, stupéfaction, j'ai la réponse à ma question !

Comment arrêter de penser à Roland qui est parti avec une autre ? Comment arrêter les pensées dans ma tête et comment faire cesser ce sentiment de dénigrement, de rejet, de tristesse ? Cette situation qui perdure, qui m'aliène car on s'appelle, il va il vient, il revient !

Comment sortir de cette boue ? Et ce matin Joe Explique que les pensées émettent un champ électrique. Qui déclenche une émotion qui elle au niveau du cœur provoque le champ magnétique qui nous entoure. Ce champ électromagnétique émet des fréquences vibratoires. Le tout générant une chimie à l'intérieur

du corps, comme je l'ai expliqué dans le voyage 4, et cette chimie dans le corps nous renvoie toujours vers ce que l'on connaît. Un gourmand restera gourmand, un anxieux restera anxieux, car le programme dans le corps est plus fort que l'esprit. Alors je comprends pourquoi je n'arrive pas à modifier mes pensées compulsives par la seule force de la volonté et du mental !

D'un seul coup, il me livre sur un plateau une explication neuro-scientifique qui fait disparaître instantanément toute culpabilité : je me sens moins seule, mais juste humaine et biologiquement programmée. C'est une addiction et je suis juste prisonnière du bain chimique de mes pensées.

Et quand tu n'arrives pas à dépasser ta programmation biologique, il existe des solutions... C'est Magique !

Je pense que pendant trois jours je dévore toutes les vidéos et l'audio livre « Rompre avec soi-même ». Et... je démarre sa formule :

Une reprogrammation par la médiation. Je plonge. J'y vais et ce jour là je commence à méditer.