

The background of the page is a vibrant blue sky filled with several red balloons of various sizes, some with white strings and tassels. The balloons are scattered across the top and right sides of the page, creating a festive and uplifting atmosphere. A white rectangular box is centered on the page, containing the main text.

# Le pouvoir de guérir

AVEC L'ESPRIT DU GUÉRISSEUR :  
« L'AUTO-GUÉRISON PAR LA CONSCIENCE »

---


J'ai essayé et pratiqué durant un an la méditation. Un peu pour voir, et surtout pour transformer mes programmes dysfonctionnels. Pour rompre avec mon ancienne personnalité qui faisait des choix affectifs et relationnels ne me convenant plus. Pour guérir l'anxiété, le stress, le contrôle. Pour sortir de mes positions de mendiante. Pour sortir de mes réflexes de peur, de survie, m'entraînant dans la colère, la culpabilité, l'envie ou la peur d'être punie.

Pour devenir une championne du saut dans l'inconnu, pour me connecter à mes potentiels pour reconnaître mes qualités. Pour cesser d'avoir à en faire plus que les autres pour être digne d'être aimée, acceptée.

Pour transformer en profondeur la croyance inconsciente : « Je ne suis pas digne de recevoir. »

Pour éradiquer mes schémas de souffrance dans les relations amoureuses qui viennent de nos peurs de perdre, peur d'être seule, peur d'être délaissée. Ces peurs qui nous font faire ce qui ne nous rend plus service arrivés à l'âge adulte : se soumettre, vouloir gagner, accepter l'inacceptable, s'accrocher, culpabiliser, harceler... Alors par manque de confiance en soi, l'on se contente d'une situation médiocre ou misérable.

J'ai appris à ne plus me critiquer, me dénigrer et je sais aujourd'hui que ces attitudes de survie sont chez tous les êtres humains. J'ai appris à voir en face ce qui ne me convient plus. J'ai appris à accueillir et accepter plus rapidement ce que je ne peux pas changer. Et



*« Avoir la foi,  
C'est monter la première marche,  
même quand on ne voit pas  
tout l'escalier. »*

MARTIN LUTHER KING

J'essaye de moins m'acharner quand quelque chose ou quelqu'un résiste. J'ai appris à moins résister moi-même et à exprimer mes limites plus calmement et sereinement.

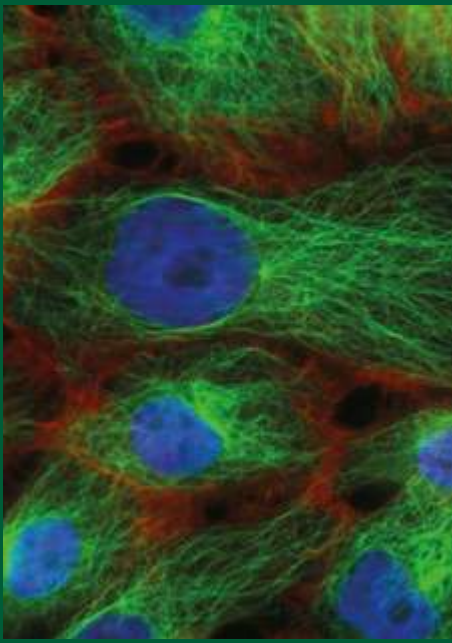
J'ai appris à décoder et respecter mes émotions. À les traduire en besoins, puis méditer pour voir les meilleures stratégies pour les nourrir.

J'ai appris l'ouverture du cœur, celle qui fait que l'on nourrit ses besoins sereinement et jamais plus dans la guerre ou l'affrontement à l'autre. J'ai appris la patience. J'ai appris l'humilité, et à ne plus utiliser mes congénères ni mes amants pour combler un manque.

J'ai appris à cheminer à mon rythme et poser l'intention de guérir. J'ai donc volontairement pratiqué l'auto-guérison car il n'y a pas plus violent que les abus et manipulations affectives. Non pas que l'autre manipule, mais que je me manipule moi-même, car en adulte la réaction saine serait de ne pas plonger dans de tels désagréments !

J'ai commencé à apprendre à aimer et à m'aimer, sans conditions, sans manipulation et sans intérêts.

C'est mon voyage de vie : HIGHER LOVE.



Selon Joe Dispenza

## « LA SCIENCE DE L'ESPRIT »

*La science est le langage contemporain du mysticisme, quand on combine la physique quantique, les neurosciences, la neuroendocrinologie, l'immunité, l'épigénétique. C'est un moment dans l'histoire où l'on a accès à l'information. Quand nous apprenons de nouvelles connaissances, nous créons de nouvelles connexions dans le cerveau. Plus on répète ce que l'on a appris, plus on peut expérimenter ces nouvelles informations. Et l'émotion nous relie à l'expérience. Plus on se sent illimité, abondant, plus on enseigne chimiquement à son corps ce que l'esprit a intellectuellement compris. Et l'on active de nouveaux gènes et de nouvelles directions pour changer son futur. L'on change notre futur génétique. Et si l'on répète, on conditionne son esprit et son corps neurochimiquement. Et cela peut devenir une habitude, une seconde nature.*

*Cela devient familier. On crée une sagesse du corps, de l'esprit, de l'âme.*

*Ressentir de la gratitude permet d'être heureux et que ce que l'on souhaite est déjà arrivé. C'est l'attitude pour recevoir. La signature émotionnelle de la gratitude attire à nous de nouvelles opportunités.*

*C'est ainsi que l'on peut se souvenir de son futur et indiquer à notre corps subconscient que ce que l'on souhaite est déjà arrivé : en ressentant fortement l'émotion, en ouvrant son cœur, et en visualisant les images dans sa tête.*

*Biologiquement, c'est le même schéma que de se souvenir de son passé : on ressent l'émotion et l'on voit les images. L'on ressent les émotions comme si ce futur était déjà arrivé. Et l'on arrête de prédire, contrôler et chercher comment cela va arriver. On est ainsi connecté biologiquement avec ce futur.*

*Quand on a un fort souvenir traumatisant du passé, la mémoire de cet événement nous fait penser biologiquement dans le passé. C'est un processus de conditionnement : c'est une image dans le cerveau et une émotion qui ont littéralement conditionné le cerveau et le corps dans le passé. Ce qui crée un futur prévisible.*



*Enseigner aux gens de ressentir autre chose dans le généreux moment présent, en se connectant aux énergies élevées de la joie, la gratitude, l'esprit créatif...C'est une démarche de visualisation et d'élargissement de la conscience. Mettre son attention sur un autre point de conscience que le but pour lequel on contrôle, on combat, mais sur le point de conscience de ce futur, du résultat.*

*Arrêter d'être addict de la vie dont on ne veut pas.*

*Pour créer depuis le champ quantique et pas depuis la matière, c'est-à-dire, le monde physique, la chose à faire est d'enlever son attention du corps, devenir personne, nulle part, dans aucun temps. Et l'on devient pure conscience. L'esprit peut flotter dans l'infini champs des possibles ; notre cœur s'ouvre aux émotions que l'on souhaite vivre et fait la place aux nouvelles idées. Ainsi l'on est souvent surpris nous même !*

*Harmoniser ses niveaux de vibrations sur la même fréquence que l'expérience que l'on souhaite déclenche une création dans la matière, quand on y arrive. Les infinies possibilités s'effondrent en une seule potentielle, celles que l'on a visualisé et ressenties. Cela attire l'expérience à nous. Comme une syntonisation sur les mêmes fréquences énergétiques. Cette expérience est inconnue, et l'on ne peut pas la prévoir.*

*Quand on connaît cette formule, quand on arrive à créer la cohérence cœur cerveau, les effets sont un changement biologique, neurologique, chimique, hormonal, génétique. On a observé des régulations de gènes. Le cœur est ouvert, la chimie hormonale comme l'ocytocine désactive les centres de survie. Le système immunitaire se renforce. On change le futur de son corps. Et des personnes guérissent de maladies avec cette formule.*

*C'est l'énergie qui affecte la matière dans la réalité en 3D. Il existe des preuves dans le monde scientifique, des preuves dans le monde physique.*

