

Exercice de pensée positive

Nous aimerions que vous puissiez mieux comprendre le processus de votre pensée. Une pensée est une énergie et il faut que vous soyez de plus en plus vigilant lorsque vous émettez l'énergie pensée.

N'oubliez pas que vous êtes en fin de cycle, et que même si vous doutez ou que vous n'avez pas l'impression que beaucoup de choses changent en vous, vous avez de plus en plus le pouvoir de créer par la pensée, que ce soit dans le sens évolutif ou involutif, que ce soit dans le sens positif ou inférieur. Alors essayez de vous servir du côté positif de cette force pensée.

Lorsqu'une pensée involutive se manifeste, essayez de faire tout de suite le contrepoids, c'est-à-dire de projeter sur elle la Lumière et l'Amour, et demandez que cette pensée soit annihilée par cette Lumière et cet Amour. Il faut que ce soit fait instantanément pour éviter que cette pensée s'envole trop loin de vous, qu'elle vous échappe. Lorsque vous venez de la créer et qu'elle est encore tout près de vous, , vous avez la possibilité de l'annihiler.

Faites l'exercice suivant :

Emettez des pensées de paix par rapport à vous-même. Dites vous : « je suis totalement en paix, je suis heureux dans cette paix. »

...

Projetez ensuite sur vous-même des pensées de joie. Pour faciliter votre tâche, vous pouvez vous remémorer des moments de joie, de bonheur.

...

Maintenant pensez : « je suis un être de perfection, je suis un être d'Amour et je rayonne cette perfection et cet Amour tout autour de moi. »

...

Affirmez ensuite que vous êtes une particule de la Source, et que cette particule a tout pouvoir, toute connaissance, que vous avez ce pouvoir d'Amour, ce pouvoir de Sagesse.

...

Puis tout simplement aimez profondément ce que vous êtes en tant qu'être humain, en tant qu'âme, en tant qu'esprit parfait.

...

Maintenant vous vous sentez en paix et en relation profonde avec votre propre Etre Divin, avec la Source, avec tout l'Univers. Vous faites partie de ce merveilleux Univers, vous êtes relié en

permanence à toute vie en ce monde et dans l'Univers.

