

Partir sur de bonnes bases

« On a deux vies, et la deuxième commence quand on se rend compte qu'on en a une. »

CONFUCIUS

Comment ne pas commencer par le commencement... à savoir la base de toute construction, les fondations ?

Nous ne pourrons échapper à cette règle de base car tout se construit, y compris nous-mêmes, sur des fondations solides. Décider de changer est une étape. Mais décider de changer en profondeur en partant du point zéro en est une autre, et ce sera notre premier chapitre.

Vous vous rendrez compte d'ailleurs que cette étape est essentielle, car malheureusement – notamment dans l'utilisation du Feng Shui –, les changements entrepris sont trop souvent plus que superficiels.

Ce n'est pas notre but ici. Prendre conscience et partir sur de bonnes bases, c'est accepter d'abandonner nos idéaux et nos croyances, et donc une recherche de solution, pour

mieux nous abandonner à ce qui est avec beaucoup plus de compréhension.

Dès le départ, nous pourrions ainsi nous mettre en phase avec ce que nous sommes, ce qui existe tout autour de nous et ce avec lequel nous sommes reliés, que nous le voulions ou pas.

Résonance et/ou synchronicité seront alors nos alliés (ou pas) dès lors que nous reprendrons la main sur notre conscience (ou pas) et tout ce qui peut nous arriver au quotidien.

► Rien n'arrive au hasard

En effet, nous vivons au centre d'un système bien huilé géré tel un véritable ordinateur vivant. Il apparaît confirmé que nous sommes arrivés sur terre et fonctionnons nous aussi comme un magnifique ordinateur avec son lot de programmes par défaut : croyances transgénérationnelles (mémoires familiales), programmations inconscientes (plus de 90 % de notre système)... des limitations de tout ordre qui sont déjà bien imprimées dans notre machine. Et à chaque réveil, le même rituel : une réalité qui se met en route, en phase avec ce système déjà programmé (nos programmations par défaut) et tout à fait personnel.

Car oui, il est temps de l'intégrer : **tout est énergie et tout est relié**. Un fait scientifiquement prouvé. Nous sommes donc comme une masse de plusieurs matrices (personnelle, familiale, professionnelle, émotionnelle, mentale, spirituelle, financière, etc.) faites de points inter-reliés. Une fréquence qui vibre telle une onde radio. Et quand nous changeons – même inconsciemment –, nous créons des interactions avec

ce qui nous entoure et créons notre magnifique réalité... ou pas ! Sans oublier le soi-disant destin qui guide nos pas...

Nous sommes manifestement arrivés dans cette vie déjà bien lourds et chargés de tout plein de limitations. C'est d'ailleurs probablement ce qui explique le succès de méthodes comme *ho'opnopo*. La conscience de chacun change, et l'on peut agir et se défaire de beaucoup de croyances limitantes sur ce que nous sommes, et donc sur ce que nous pouvons être, avant même de faire.

Mais comment nous en défaire ? Qu'en est-il de notre libre arbitre ? Comment arriver à s'exprimer dans cette mécanique, apparemment en marche depuis des millénaires, des histoires à répétition et des vies qui se succèdent ? Avons-nous vraiment le choix ? Quelles sont les solutions ? Comment changer profondément, en toute conscience, si rien n'arrive au hasard, si tout est déjà prévu, et si notre inconscient est si bien programmé qu'il se manifeste en toute liberté sans même nous interroger sur le sujet ?

Une matrice gigantesque gouvernée par Dieu serait-elle donc à l'origine de tout ce qui nous arrive ?

Y aurait-il plusieurs chemins de vie possibles ? Comment reprendre notre responsabilité dans cette suite d'énergies et de fréquences qui décident de tout ?

Beaucoup de questions, et des réponses parfois bien floues auxquelles il n'est pas toujours facile de répondre.

Personnellement, et après plus de 15 années à évoluer tous les jours un peu plus en conscience, j'ai quelques réponses à partager avec vous. L'écriture de ce livre a été assez drôle

et finalement totalement en phase avec ce que je vis dans le moment présent. Un exemple de plus pour me confirmer que le chemin se déroule inévitablement sous nos pieds. Il nous reste probablement toujours des choix, mais un fil incontournable se dévoile, comme un gigantesque puzzle dont les pièces manquantes se rajoutent et se relient entre elles. Et le dessin final apparaît.

Je pense donc que notre destin est incontournable mais qu'il existe sur la route plusieurs choix et plusieurs sentiers pour y arriver. Que plusieurs erreurs peuvent être commises en chemin, mais plus nous les vivons dans l'acceptation et la conscience, plus nous pouvons probablement éviter de les répéter. Et le changement viendra alors de la conscience de l'énergie qui vibre en nous, nous amenant petit à petit sur notre réelle mission de vie.

Dans le tarot, il existe une carte très particulière, souvent reliée à la symbolique du changement : la carte 10, la roue de la fortune. Et pourtant, cette carte est plutôt synonyme de blocage, car elle incarne plus précisément la fameuse roue du karma reliée à ce que nous sommes – c'est-à-dire la fréquence à laquelle nous vibrons à l'instant T et ce que nous attirons « karmiquement ».

Sans la conscience, nous continuons donc notre fameux rituel du matin, nous nous levons dans une fréquence plutôt polluée par tout ce que nous portons encore inconsciemment, et que l'on peut relier à la loi appelée **Loi de Résonance**.

En gros, nous attirons (aimons) ou repoussons (détestons) ce qui résonne avec nous. C'est l'effet miroir de la vie, dont nous reparlerons longuement dans ce livre : nous attirons ce que nous sommes.

Parfois ce sera agréable, parfois inconfortable, car cela attirera plutôt nos ombres et les émotions non encore libérées, car non reconnues et non acceptées. Et la roue continue de tourner avec nous dessus, mais sans aucun contrôle. Voilà pourquoi le hasard n'existe pas !

Mais nous avons quand même le choix et la possibilité de reprendre le contrôle ! C'est aussi ce que je souhaite partager. Oui, le hasard n'existe pas, puisque nous ne sommes que des fréquences qui attirent en conséquence. Alors, en toute logique, si nous contrôlons notre fréquence, nous pouvons décider d'une autre réalité. Nous voilà à la base du vrai changement.

La plupart du temps, vous ou moi (dans un autre temps) cherchons à changer notre réalité ici sur terre, dans notre vie de tous les jours. Et nous imaginons même que nous pouvons utiliser le Feng Shui de la même manière ; bref, dynamiser soi-disant le Feng Shui de chez soi, en attendant des miracles. Et très vite, nous pouvons être déçus, car rien ne se passe. Je vous apporterai ici une vérité importante, essentielle, dont je reparlerai régulièrement.

Une théorie qui peut vous bousculer mais que l'on enseigne dans la Kabbale.



Le saviez-vous ?

Sur une base de 100, notre réalité concrète ne représente que 1 %, alors que ce qui crée cette réalité correspond aux 99 % restants.

En d'autres termes, ce que nous vivons correspond à seulement 1 % d'un tout, dont les causes, elles, représentent 99 %.

De quoi nous donner à réfléchir !

Ces fameux 99 % sont la source de tout, avec laquelle évidemment nous n'avons plus aucune relation ou connexion. C'est tout l'univers énergétique, la fréquence qui crée la réalité que nous vivons.

En gros, si nous essayons encore de changer ce qui ne va pas sans ouvrir les portes sur les 99 % restants... bonne chance, car nous n'arriverons jamais à rien.

C'est l'histoire de la pensée magique, qui nous fait croire que nous pouvons tout avoir sans prendre garde à ces 99 %... C'est de la publicité mensongère : la fameuse loi d'attraction présentée dans le livre *Le Secret* comme la recette miracle ; mais une recette sans tous les ingrédients.

La magie (l'âme qui agit) ne viendra jamais à nous si nous n'ouvrons pas les portes sur ces fameux 99 % qui sont aussi notre potentiel total, nous donnant accès à toutes les possibilités pour changer le 1 %. Or le Feng Shui pourra nous éclairer grandement sur cette relation.

Mais ici la situation est très simple. Soyons-en bien conscients. Nous commencerons à avoir l'opportunité de changer seulement si nous décidons d'ouvrir ces fameuses portes pour aller très en profondeur. Là, alors, la roue pourra tourner différemment, car c'est nous qui la ferons tourner. Et nous pourrons donc nous libérer du karma.

Ce livre et la manière dont je pratique le Feng Shui nous emmèneront en douceur, étape par étape, tout au long de ce chemin jalonné de super pouvoirs et de synchronicités. Une deuxième loi cosmique, celle qui justement confirme que rien n'arrive au hasard, mais que ces hasards – qui n'en sont pas – deviennent magiques quand ils ont été initiés à la source.

S'en suivront alors rencontres, situations, signes à tout va, que seule notre conscience affûtée et exercée pourra reconnaître et apprécier à leur juste valeur. De quoi nous reconnecter pleinement avec la gratitude, une fréquence **ô** combien positive qui ne fera qu'ouvrir davantage les portes sur les fameux 99 % qui nous attendent patiemment. La seule manière de changer notre réalité concrète.

► Trouver sa mission de vie, un incontournable ?

Nous pouvons alors continuer de toute évidence la suite du programme : la soi-disant mission de vie que chacun cherche encore et encore. Car la question du pourquoi reste essentielle !

À l'image des portes qu'il nous reste à ouvrir sur toutes les perspectives possibles (99 %), la mission de vie reste **le comment, et non le pourquoi**. Si nous nous demandons à chaque instant de notre vie le pourquoi de nos actions, notre chemin prendra définitivement une autre couleur.

Quand on sait pourquoi on avance, le comment se dévoile. C'est un peu la même chose avec « être » ou « faire ». Quand on se demande pourquoi, on se permet d'« être ». Quand on cherche à remplir l'espace et à « faire » pour exister, alors l'« être » disparaît au profit du « faire ». Comprenons bien que la direction n'a rien à voir avec l'objectif, et que si l'on suit une direction qui nous permet d'« être », des objectifs se précisent, nous pouvons alors avancer et « faire », mais dans le bon ordre !

C'est un peu l'histoire du graal, recherché par tous pour mettre fin à tous nos désespoirs : tristesses, ombres, difficultés, et j'en passe. La même histoire probablement que celle qui nous a conduits à croire ces livres affirmant divulguer des secrets sur la loi d'attraction et ses effets magiques. Un graal extérieur qui résoudrait tous nos problèmes, en nous disant de faire tous azimuts pour se rassurer, au lieu de se permettre d'exister en toute simplicité...

Alors, trouver sa mission de vie est-il incontournable ? En quoi cette mission peut-elle consister, et comment peut-elle nous sortir de notre vie souvent bien endormie ?

Certes, ce livre dédié au Feng Shui ne parle pas encore de Feng Shui. Mais il nous parle d'énergie, de contexte, et des raisons d'y faire appel. L'essentiel, en somme. Dans toutes mes formations en ligne ou en présentiel, je passe

toujours de nombreuses heures au moins à situer le contexte et à expliquer pourquoi agir avec le Feng Shui.

Ainsi, nous pouvons déjà, juste en début de livre, comprendre l'importance de la prise de conscience que nous pouvons apporter à nos vies : la prise de conscience de la fréquence sur laquelle nous vibrons.

Mais notre inconscient reste un problème. Ce pourquoi probablement la méditation de pleine conscience a fleuri çà et là, pour nous aider à prendre conscience, le mieux possible... de notre inconscient.

Et nous aider à retrouver notre essence, notre musique personnelle, pour nous sentir bien, toujours plus en conscience et en harmonie avec soi et les autres.

Personnellement, en utilisant ma boîte à outils constituée depuis plusieurs années maintenant, et consciente du miroir que ma vie me renvoie, je travaille avec plaisir à être consciente de ce que je suis, pourquoi je fais les choses et pourquoi je ne les fais pas. Parfois c'est agréable. Parfois désagréable. Et je travaille ainsi à rendre conscient ce qui est donc inconscient. Un travail au quotidien que nous pouvons tous faire si nous acceptons de mettre en lumière ce qui ne l'est pas encore...

Revenons à ce fameux concept de mission de vie. J'ai envie de comparer cette quête à la quête de l'abondance ou de l'amour. Chacun cherche de quoi être bien, être mieux, pour une vie confortable. Et au-delà, on cherche un sens. Car pour être honnête, se lever le matin, partir travailler, se coucher et recommencer le lendemain, cela est plutôt limité côté sens et n'est guère très « sexy ». Alors il faut trouver un

sens à cette vie quelquefois très inconfortable, douloureuse même, mais aussi joyeuse et vivante. Un sens au pourquoi de notre existence. Un sens à donner à ce que nous sommes et ce que nous voulons faire.

Je pense donc à raison qu'une de nos missions est de retrouver la connexion avec les fameux 99 % dont je vous parlais. Tout ne fait qu'un. Tout n'est qu'énergie et tout est relié. Nous avons tout en nous.

Il nous faut retrouver notre vraie musique, notre véritable fréquence complète et totale, tout ce que nous sommes vraiment. Une énergie divine ? Évidemment. Mais coincée dans un petit corps qui a tout oublié. Alors ce petit corps se débat comme il peut et continue de chercher plus de lumière pour éclairer ses ombres. Très souvent il fait cela sans s'en rendre compte. Il cherche la lumière, mais quand la lumière éclaire ses ombres, alors il fuit, car il veut juste une lumière brillante et factice. Il referme alors les portes et vit ses limitations dans la douleur, en cherchant sa mission de vie au travers de l'extérieur et de l'agir à tout prix, croyant que cela va lui apporter le salut et le sortir de tout ce qu'il ne veut pas voir, entendre ni ressentir... alors qu'il s'agit au contraire de nous ouvrir à l'énergie, de la recevoir malgré notre inconscient à l'œuvre, qui fait généralement tout pour ne pas s'ouvrir. Nos peurs et nos inquiétudes s'affolent alors et ferment le système.

Pourquoi est-ce si difficile ? Recevoir de l'énergie, c'est recevoir de la lumière sur notre dualité, des ombres et de la lumière, de la joie et de la tristesse. Nous ne voulons évidemment que la lumière et la joie au détriment du reste.

Le vrai secret ? Accepter toutes les émotions et toutes les situations pour s'éclairer totalement de l'intérieur. Activer ainsi une fréquence essentielle et une magie qui révélera notre âme. Une musique très personnelle que nous jouerons doucement puis de plus en plus fort. Pour attirer une autre vie, une autre réalité, des situations, des personnes qui résonneront en profondeur.

Nous pourrons alors réaliser avec sens et conscience des actions et des envies ESSENTIELLES.

Un chemin permettant tout simplement de suivre sa joie. Une autre mission : entendre notre petite voix, notre musique intérieure. Lui permettre de se révéler, de se faire entendre pour créer. Peu importe que notre envie ensuite soit de jardiner, de cuisiner... notre mission de vie va s'exprimer dans le comment en se permettant de suivre notre joie.

Je suis un peu agacée par tous ceux qui parlent de mission de vie comme si nous avions de grandes choses à réaliser, comme de devenir coach, thérapeute ou je ne sais quoi encore de « spirituel » ou « énergétique ».

Être spirituel, c'est être relié à son esprit. À son âme. Dans la simplicité et la joie d'être soi. Voilà notre mission de vie. Il importe de vibrer en accord avec sa fréquence essentielle, en accord avec celle de la source (les 99 %) dont nous sommes issus, et de faire confiance au chemin qui s'ouvre devant nous.

Redescendons de notre montagne. La réalité est ici-bas, mais c'est comment nous allons la vivre et à quelle fréquence, dans quelle conscience et avec quelle joie et quel plaisir, qui fera la différence.

Notre monde est dualité et nous ne pourrons jamais le changer. Il y aura toujours de la nuit, du jour, des jours heureux et des jours plus sombres. Mais c'est l'unité reliée à notre fréquence essentielle qui fera la différence et nous permettra de vivre cette dualité dans une unité juste et parfaite. Comme une pile d'énergie avec ses deux pôles positif et négatif ensemble qui font qu'elle vibre et marche...

De la même manière, nous avons aussi besoin de remettre en route notre machine, notre pile, notre énergie. Et c'est seulement sa complétude qui nous permettra de créer la réalité qui va avec, et la ou les missions de vie que nous aurons à remplir en toute simplicité. Que ce soient des grandes choses ou des plus petites.

Pendant que je relisais ce livre, j'ai reçu un message d'une femme dont j'ai fait l'expertise Feng Shui à distance. Elle m'envoyait une petite vidéo de son cabinet de coaching et de soins et me demandait si ses changements étaient OK, bien qu'elle sentît encore des manques. Tout était parfait dans son nouvel aménagement. Ce qu'il manquait ? Sa propre énergie...

Le Feng Shui, ainsi que tout ce que nous pouvons décider d'ajouter pour soi-disant améliorer notre intérieur, restera vain si nous n'y mettons pas en toute confiance notre propre énergie.

Le bonheur se crée avec ce que nous sommes, et avec la joie au quotidien de suivre ses envies et son cœur de manière essentielle. Faisons-nous confiance, gardons le cap et la direction. Le comment, les objectifs, se dévoileront peu à peu. Ne bousculons pas le système !

► Changer de regard et ressentir plutôt que penser

Enfin, une bonne base ne serait rien sans la base du système : **ressentir**. Et ressentir avec notre cœur. C'est la suite de l'histoire des bonnes bases solides.

Un vrai problème, au fond. Car c'est le nœud de toute l'histoire au sens propre comme au sens figuré dans la roue du karma, qui tourne et nous emporte malgré nous. Dans cette histoire que nous vivons, la tête croit qu'elle peut tout contrôler et arrêter la roue.

Personne ne peut contrôler ce qui va arriver. Tout peut arriver et tout peut changer.

Enfermés dans nos besoins de sécurité, de contrôle, d'amour, de reconnaissance ou encore d'intégration, parce que non connectés à ce que nous sommes, nous continuons de chercher ce qui soi-disant nous manque, alors que tout est à l'intérieur. Et nous tentons de créer avec notre tête la meilleure réalité possible, qui soit surtout bien agréable et sans problèmes. Bien sûr que

c'est logique et humain, de vouloir vivre sans problèmes ni sans difficultés. Mais la réalité n'est pas là. Si vous avez ce livre entre les mains, c'est que vous avez décidé d'oser changer et de sortir des sentiers battus pour aller au fond des choses.

Il est peut-être temps de sortir des idéaux et d'accepter que la réalité soit tout autre ?

En tant que coach ou tout ce que vous voulez qui tente de partager ma propre expérience et mon cheminement, je donne souvent cette image très simple du cyclone, avec son œil qui est si calme, sans aucun bruit. La paix totale, en soi, et tout autour le chaos de la réalité terrestre. L'expression même de la dualité.

L'ironie ? Nous laisser emporter dans ce chaos qui nous entoure, précisément en lui résistant et en voulant le contrôler. Non seulement c'est impossible, mais de surcroît nous dépensons toute notre énergie vitale jusqu'à l'épuisement, cherchant encore à comprendre pourquoi nous pourrions bien être épuisés.

Nous sommes des petits humains prêts à retrouver notre condition divine. Le décider et le choisir en conscience est déjà une étape énorme et merveilleuse. Mais comme vous le savez probablement, cela ne suffit pas. Nous sommes faits de plusieurs corps : un physique, un émotionnel, un mental et un spirituel. Et non seulement nous devons nous reconnecter avec tous ces corps, mais aussi le faire dans une unité, un équilibre, entre nos pensées, nos émotions, notre corps et notre esprit.

Un vrai travail au quotidien, mais incontournable si nous voulons que se révèle à nous le son de notre cœur, pour pouvoir le suivre. Notre quête à tous.

Il nous faut donc apprendre à ressentir pour nous permettre d'écouter notre cœur. Mais pour y arriver, il va nous falloir regarder en face l'histoire vécue et toutes les histoires encore inconscientes présentes, émaillées de blessures, de douleurs parfois oubliées, parfois non pardonnées, qui créent comme de petites boules noires cristallisées et qui bloquent toute l'énergie.

Pour partir sur de bonnes bases, il est essentiel de comprendre que nous ne pourrons jamais nous élever à aucune fréquence si nous ne pardonnons pas. La trame est la même pour tous. Pas toujours au même moment, à la même étape ou dans le même ordre, mais **pardonner reste l'étape clé pour construire notre avenir sur de bonnes bases.**

Tout ce qui nous empêche de faire vibrer notre cœur sur une fréquence plus élevée et plus divine est le refus de pardonner, la colère et les ressentiments. C'est pour cela qu'**il devient urgent d'apprendre à reconnaître toutes nos émotions dites négatives.**



Le saviez-vous ?

.....

La Vierge d'origine était une Vierge noire. C'est la religion qui a inventé une Vierge immaculée, toute blanche. La vraie lumière intérieure est un mix de nos ombres et de notre lumière. Si nous nous polarisons sur un seul côté, nous n'aurons aucune chance de nous mettre à vibrer sur quoi que ce soit.

Rappelez-vous ! Une pile fonctionne avec deux pôles. Un négatif et un positif. La reconnaissance de notre pôle négatif, son acceptation, le pardon éventuel que nous devons accorder à nous-même ou à une personne de notre entourage, est incontournable. En libérant ces tensions, ces retenues, ces résistances à l'intérieur de notre cœur, nous accéderons à plus de lumière pour ouvrir quelques vannes essentielles.

Toutes les portes sur les 99 % qui entourent notre cœur sont fermées, et parfois bien verrouillées. Il est temps de les ouvrir une à une, petit à petit, en conscience. Pour vibrer plus haut et plus fort. Et surtout plus léger.

L'outil du Feng Shui peut faire ce travail de décodage de tout notre cœur, de tout cet inconscient bloqué à l'intérieur de nos cellules et de nos corps.

Nous avons là une chance inouïe. La période actuelle, depuis 2012, nous a ouvert les portes d'un autre monde. Une nouvelle réalité possible où chacun peut accéder à sa divinité, son unité, sa fréquence essentielle. En y accédant, chacun peut changer sa réalité, mais aussi celle de ses voisins, de ses amis, de sa famille, puisque nous sommes tous reliés. Une réalité fantastique qui mérite de l'attention et du temps.

Se permettre de ressentir, c'est ouvrir son cœur, pardonner, recevoir et pouvoir partager en étant juste ce que nous sommes. Une autre dimension qui nous ouvre plus de portes sur l'espace sacré de toutes les

possibilités existantes : ce sont les fameux 99 %, la source de tout, le « zéro limite » dans notre vie, à tous les niveaux et dans tous les domaines.

Comme je l'écrivais dans l'introduction, la Feng Shui a changé ma vie.

Il m'est tombé dessus sans prévenir. M'a fait faire ce travail intérieur profond en bousculant mes habitudes, ma vie personnelle et professionnelle. Un raz-de-marée, une vague gigantesque qui ne s'est jamais arrêtée. J'ai appris à surfer, accepter, pardonner, et j'ai retrouvé la paix dans mon cœur. La paix de l'âme, l'œil du cyclone où rien ne se passe et tout se passe. La magie d'être soi dans le moment présent et de juste vibrer sur la fréquence qui est la mienne, et partager cela avec le plus grand nombre.

Mon ressenti s'est décuplé parce que mon cœur s'est ouvert. Bon nombre de mes stagiaires Feng Shui ou des clients que j'ai expertisés sont souvent bouche bée, car je mets dans le mille avec seulement un plan d'appartement ou de maison. Vous apprendrez dans ce livre que le ressenti est incontournable.

Ce qui donnera de la puissance à votre Feng Shui et apportera le changement dans votre vie, c'est simplement VOUS, avec tout votre potentiel. Comme n'importe quel outil.

Partir sur de bonnes bases, c'est déjà comprendre que nous avons tout en nous. Il nous suffit juste de le révéler, en

reprenant la main sur notre fréquence et en acceptant tout ce que nous sommes, ici et maintenant : ombre et lumière, ce qui est libéré en nous et ce qui ne l'est pas.

Il nous faudra aussi pardonner et couper tous les liens d'attachement qui nous maintiennent dans les histoires.

Si vous êtes prêt à ce changement profond à l'intérieur de vous, quelles que soient les conséquences, alors vous avez bien fait. Ce livre est pour vous, car il va vous donner la méthode pour ouvrir un maximum de portes sur la source de tout. Vous n'aurez plus qu'à vous servir. **Mais attention : il s'agit d'oser changer, pour sortir du rang et sortir des matrices limitantes.** Et assumer d'être rejeté, mal aimé, bousculé, et de perdre ce qui n'est plus essentiel.

Un vrai chamboulement, parfois, mais tellement salubre ! Je souhaite à toute personne de vivre les changements dont nous avons besoin pour retrouver ne serait-ce qu'une infime petite connexion avec notre âme. Comme moi, vous apprendrez à surfer avec la vague. Tantôt dessus, tantôt dessous, mais toujours en gardant la foi, la conviction que tout va bien se passer parce que c'est la bonne direction et le juste chemin... et surtout en acceptant avec cœur, avec bienveillance, que vous faites de votre mieux. Et le mieux, c'est déjà super !

Nous ne sommes pas parfaits, ou sommes juste parfaits dans notre imperfection. Sachons le voir et nous aimer. Notre plus grand travail et mission de vie ?...

Ce qu'il faut retenir

1. Tout est énergie et tout est relié. Nous sommes donc comme une masse de plusieurs matrices (personnelle, familiale, professionnelle, émotionnelle, mentale, spirituelle, financière, etc.), faites de points inter-reliés. Une fréquence qui vibre telle une onde radio.
2. Nous attirons (aimons) ou repoussons (détestons) ce qui résonne avec nous. C'est l'effet miroir. Nous attirons ce que nous sommes.
3. Si nous contrôlons notre fréquence, nous pouvons décider d'une autre réalité. C'est le vrai changement.
4. Nous ne percevons que 1 % de notre réalité concrète, alors que la cause de cette réalité se trouve dans les 99 % restants. Ces 99 % sont la source de tout, avec laquelle évidemment nous n'avons plus aucune relation ou connexion.
5. Quand on cherche à remplir l'espace et à « faire » pour exister, alors l'« être » disparaît au profit du « faire ». La direction n'a rien à voir avec l'objectif. Si l'on suit une direction qui nous permet d'« être », des objectifs se précisent, nous pouvons alors avancer et « faire », mais dans le bon ordre.
6. Notre mission de vie, c'est aussi de décider de nous ouvrir à l'énergie pour la recevoir, malgré notre inconscient à l'œuvre qui fait généralement tout pour ne pas s'ouvrir.

7. Être spirituel, c'est être relié à son esprit dans la simplicité et la joie d'être soi. Il importe de vibrer en accord avec sa fréquence essentielle, c'est-à-dire en accord avec la source (les fameux 99 %) dont nous sommes issus, et de faire confiance au chemin qui s'ouvre devant nous.
8. Nous devons nous reconnecter avec tous nos corps, mais dans une unité, un équilibre entre nos pensées, nos émotions, notre corps et notre esprit.
9. Se permettre de ressentir, c'est ouvrir son cœur, pardonner, recevoir et pouvoir partager en étant juste ce que nous sommes.