



Petit Bilan Lumière par Géraldine Parillaud



La vie nous amène quotidiennement sur le chemin de nos émotions, et nos croyances à travers différentes expériences de la Vie comme une rencontre, un conflit, un incident ... Pour certaines de ces expériences nous ressentons l'envie que les choses changent ! Alors c'est le moment, osez changer de paradigme, vous en avez le pouvoir ! Dès que les émotions sont retombées, il est nécessaire

de s'isoler et de regarder ce qui se passe en nous. Faire retour sur Soi ! Comment dois-je comprendre cette histoire ? Que dois-je tirer comme enseignement pour ne plus me sentir « victime » de ceci ou de cela ? Qu'est ce que je ne souhaite plus vivre comme expérience ? A quel part je veux dire merci et au revoir ? Alors une fois la décision prise de changer son mode de « réactions », voici un petit conducteur pour une transformation intérieure.

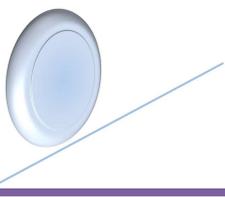
Quelques règles pour bien se connecter à la « Lumière »...

Règle numéro 1 : *Ne pas porter de jugement, ni sur soi, ni sur les circonstances mais seulement observer les faits et ce qui s'est joué en moi. Tout est juste et arrive au moment opportun – « aux portes 1 » -*

Règle numéro 2 : *Ne pas mentir et se mentir. La loi de « causes à effet » est particulièrement active pendant ce type d'exercice. De la qualité de notre honnêteté avec nous-même dépendra le résultat et la suite de nos futures expériences.*

Règle numéro 3 : *Dire à haute-voix permet de faire passer les choses d'un état de pensée ou de rumination à un état d'incarnation et de conscientisation – « Le Verbe se fait chair ». Ce ne sont pas les mêmes parties du cerveau qui travaillent en pensée et en parole.*

Règle numéro 4 : *Se détacher du résultat et faire de son mieux.*



Méthodes pour faire retour sur soi ...

1. Retracer l'histoire à haute voix de la façon factuelle et neutre. Ex dispute avec... à propos de ...

2. Faire retour et observer ses réactions. Qu'ai-je ressenti dans cette histoire. Pour cela, se détacher du résultat, prendre de la hauteur et observer. Mener sa petite enquête intérieure.

Quelles ont été mes peurs, mes colères, mes souffrances ... à ce moment-là?

Quelles sont les parts de moi qui « résonnent » aujourd'hui ? (petit(e)enfant, rebelle, féminine ...)

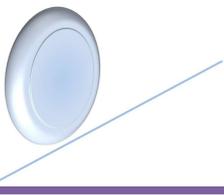
Est-ce que mes réactions ont évoluées par rapport à une autre situation analogue ?

3. Une fois ce travail fait en conscience, accueillir ses émotions en lien avec cette histoire avec tendresse et beaucoup de compassion pour nos parts en difficulté. Lâcher prise en cherchant le « Câlin du Père » (réf textes inspirés). Pour cela, on coupe le petit vélo, on se met en mode « Bulot ». On porte son attention sur le moment présent.. La Source, le Père, la Conscience supérieure, ... (qu'importe le nom que vous donnez), sait ce qui doit être fait et c'est sans en douter ce qui est le meilleur pour nous.



4. Pour les parts dont vous souhaitez vous « débarrasser » comme celles qui doutent, ou celles qui repartent dans un mental stratégique, ou celles qui explosent ... je vous invite à faire un protocole d'unification type ho'oponoono ou 8 d'harmonisation.

Pour plus d'informations voir la formation en ligne



En conclusion ...

Il est important de ne pas oublier que ce nouvel épisode est un test. A chaque conscience posée, décision prise de changer son regard, une graine se sème, posant ainsi les nouvelles conditions de son harmonie future. Si nous jouons le jeu de ce travail de conscientisation, une place nouvelle va se dessiner pour nous et notre entourage. Une place que nous ne pouvons même pas imaginer pour nous-même. S'il a été permis de vivre ce ou ces moments-là, ce n'est ni anodin, ni « mesquin ». C'est juste une opportunité qui nous est offerte d'ouvrir la porte suivante ou non. Nous avons le pouvoir du « Libre Arbitre ». Et bien évidemment si nous choisissons la vision « confiance » plutôt que la vision « victime », la suite ne sera que plus douce et paisible, car au final c'est bien là où nous irons tous.

Alors osons Grand, osons Haut et vivons notre aventure humaine avec la fougue de l'aventurier en quête des nouveaux paysages de Paix, de joie et d'harmonie.



Géraldine Parillaud - Accompagnatrice vers la « Nouvelle Conscience » -

www.geraldine-parillaud.fr