

LES 28 RITUELS DU GRAND AMOUR

RETRANSCRIPTION

Pourquoi suis-je aimable ? -

Dix-huitième Action Énergétique

Le carnet magique - nouvelle page

Préparation matérielle

Il est temps de reprendre votre carnet magique. Dans ce carnet magique :

- Ouvrez une nouvelle page
- Mettez un titre avec un beau marqueur d'une belle couleur
- Ce titre est : "**Pourquoi suis-je aimable ?**" ou "**En quoi l'on peut m'aimer ?**"
- Laissez plusieurs pages disponibles sous ce titre

Objectif de l'exercice

Écrire de nombreuses raisons de vous aimer - les raisons qui font que vous êtes une femme aimable dans le sens premier du terme, c'est-à-dire que l'on peut aimer, que vous pouvez recevoir de l'amour.

Les difficultés potentielles

Conditionnement négatif de l'enfance

Pour certaines femmes, ce n'est pas facile parce que peut-être :

- Dans votre enfance, vos parents ne vous aimaient pas
- Votre frère ou sœur ne vous aimait pas
- À l'école, on ne vous aimait pas
- Vous étiez rejeté

Les croyances limitantes qui en résultent

Vous avez appris, vous avez été conditionné malheureusement à penser :

- "On ne m'aime pas"
- "C'est normal qu'on m'abandonne"
- "Je ne suis pas aimable"
- "Je ne suis pas une personne qui peut être aimée"
- Peut-être que vous-même vous ne vous aimez pas

Impact sur les rencontres

Si vous êtes dans cette vibration là, ça va être difficile de faire une belle rencontre.

L'approche négative à éviter

Focus naturel sur les défauts

Beaucoup de femmes n'ont aucune difficulté à énumérer leurs défauts :

- "Je suis trop bavarde"

- "Trop nerveuse"
- "Trop angoissée"
- "Je m'énerve facilement"
- "Je suis cholérique"
- "Je suis trop mince, trop maigre"

Le blocage sur les qualités

Quand il s'agit de donner des qualités, il n'y a plus rien. C'est pourquoi ici, on ne va pas parler de vos défauts - vous les connaissez, c'est ok - on va parler de vos qualités.

Méthodologie pour identifier vos qualités

Exigence de profondeur

Ce qui fait qu'un homme peut vous aimer ne se résume pas à "je suis gentille". Il faut qu'il y ait des pages entières qui soient remplies.

Approche physique détaillée

Pensez déjà sur le plan physique, regardez-vous de la tête aux pieds :

- Ne dites pas juste que vous avez de beaux yeux
- Peut-être que vous avez de beaux cils recourbés
- Peut-être que vous avez un beau sourire
- Plein de choses de votre corps qui sont aimables
- Que certains hommes peuvent aimer (qui ne plairont pas à tous, mais que certains hommes peuvent aimer)

Aspects de la personnalité

Votre personnalité peut inclure des choses qui vous paraissent évidentes

:

- "Moi je suis courageuse" (un homme peut aimer une femme courageuse)
- Si vous êtes soignée ou que vous faites attention à être toujours propre
- "Moi, je suis quelqu'un qui est très attentif à l'hygiène, qui est toujours très propre"

Domaine de l'intimité

Dans la sexualité, vous pouvez dire :

- "J'embrasse très bien"
- "Je fais de beaux massages"
- "Je suis sensuelle"
- "Je suis très tactile"
- Plein d'autres éléments de votre intimité qui montrent que vous êtes une femme aimable

Stratégies pour enrichir votre liste

Demander de l'aide extérieure

Si vous n'avez pas assez d'idées, demandez à vos amis :

- "Tu me connais depuis longtemps, qu'est-ce qui est aimable chez moi ?"
- "Qu'est-ce qu'un homme pourrait aimer chez moi ?"
- "Qu'est-ce qu'une personne peut aimer chez moi ?"

Inclure ce que d'autres apprécient

- Ce que vos amis aiment en vous
- Ce que vos voisins aiment en vous
- Ce que peut-être vos enfants aiment chez vous

Reconnaître ce qui plaît même si vous n'aimez pas

Il y a des femmes qui n'aiment pas certaines de leurs caractéristiques :

- "Oh je n'aime pas ça, ça me dérange"
- Mais qui peuvent reconnaître qu'elles ont connu des hommes qui adoraient leur forte poitrine
- Si vous avez cette caractéristique physique, notez-la : "Je peux être aimée parce que j'ai une forte poitrine"

Réflexion globale

Réfléchissez à tout ce qu'un homme pourrait aimer, qui potentiellement serait aimable, même si vous-même vous en doutez.

Processus d'élaboration de la liste

Construction progressive

Quand vous faites cette longue liste, vous ne pourrez pas la faire d'un seul coup :

- Il y a peut-être des choses qui vont vous revenir le lendemain
- La semaine suivante
- C'est pour ça qu'il faut avoir découvert toute une série de qualités

Enrichissement continu

À ce moment-là, vous les rajoutez dans votre carnet magique pour avoir une longue liste d'éléments qui vous rendent aimable.

Principe énergétique fondamental

La loi du retour

Si vous pensez que vous êtes à peine aimable ou très peu aimable, ou qu'il y a quelques petits éléments qui peuvent vous faire aimer, en retour, n'espérez pas recevoir beaucoup non plus.

L'abondance attire l'abondance

Si par contre vous faites une très longue liste, il y a plusieurs pages de qualités, de choses que vous aimez en vous, vous attirerez davantage d'amour.

Les bénéfices de cet exercice

Amélioration de l'estime de soi

En lisant cette liste, peut-être que vous allez aussi vous aimer un petit peu mieux.

Attraction de l'amour

Si vous vous aimez un peu mieux, vous allez encore davantage attirer l'amour dans votre vie.

Changement vibratoire

Cet exercice transforme votre vibration énergétique de "je ne suis pas aimable" vers "je suis profondément aimable".