

LES 28 RITUELS DU GRAND AMOUR

RETRANSCRIPTION

Je visualise ma future vie d'amour -

Dix-neuvième Action Énergétique

L'erreur commune à éviter

Visualiser l'homme idéal - approche limitante

Beaucoup de femmes pensent qu'elles doivent visualiser l'homme idéal en disant :

- "Il est grand"
- "Il a un regard ténébreux"
- "Il est intelligent, cultivé, généreux"
- "Il est galant, attentionné, fidèle"

Le risque de cette approche

Il y a un risque : si vous imaginez un grand brun et que l'amour de votre vie est peut-être un petit brun, vous risquez de passer à côté de lui alors que c'est peut-être l'âme sœur que vous attendiez.

La méthode recommandée

Visualiser la situation d'amour idéale

Plutôt que de visualiser l'homme idéal pour vous, visualisez la **situation d'amour idéale**.

Exemples de situations à visualiser

- Être dans un restaurant au bord de la plage
- Se promener en forêt
- Faire ensemble une activité
- Prendre ensemble un avion pour un voyage fantastique
- Simplement prendre un bain tous les deux
- Se serrer dans les bras dans le lit
- Faire l'amour
- Partager un repas
- Rire ensemble
- Aller voir un film

Technique de visualisation détaillée

L'importance des détails

Vous imaginez une situation et vous essayez de donner à cette situation le plus de détails possible.

Exemple concret : le repas chez des amis

Si vous imaginez un repas ensemble :

- À quoi ressemble la table ?
- Dans quel endroit vous prenez ce repas ?
- Est-ce dans un restaurant ? Chez vous ? Chez des amis ?

Scénario détaillé

"Je visualise qu'on est chez des amis que je connais bien, que j'apprécie beaucoup. Je présente mon nouveau chéri. Je suis fière d'être avec cet homme-là. C'est l'été, on est sur une terrasse, il y a un très beau jardin, les oiseaux chantent. Le repas comprend une entrée, un plat principal et un dessert. L'entrée, c'est une tomate mozzarella..."

Interactions à imaginer

Imaginez toutes les interactions avec votre amoureux :

- "Il me prend la main"
- "Sous la table, il me caresse un peu mon genou"
- "Il me regarde avec un regard énamouré"
- "Il parle avec mes amis"
- "Mes amis le trouvent super sympa"

Principes fondamentaux de la visualisation

S'imprégner de l'ambiance

Vous vous imprégnez de cette ambiance, sans l'enfermer dans le temps ou dans l'espace.

Ne pas contraindre l'univers

Ne dites pas :

- "Ça aura lieu comme ça, Noël prochain"
- "Ça sera la prochaine fois que je vois ses amis"

- "Je serai avec mon amour à tel moment précis"

Laisser l'univers orchestrer

- Vous laissez l'univers prendre en charge les détails
- C'est l'univers qui choisira le moment et la personne qui sera votre grand amour
- Vous, vous vous immergez dans l'ambiance

Le processus de création

Créer dans l'espace imaginaire

- Vous imaginez déjà, vous visualisez déjà
- Vous créez déjà dans l'espace cet événement
- Toutes les grandes inventions ont été créées en imaginaire d'abord

L'importance du ressenti

C'est important quand vous faites la visualisation de :

- Le ressentir
- Sentir cette joie, ce bien-être d'être avec un amoureux
- Ressentir tout le plaisir que vous éprouvez dans ce moment que vous visualisez
- Sortir de cette visualisation avec une sensation de bien-être

Validation scientifique

Usage dans la performance

Cette technique spirituelle est utilisée même par les scientifiques, notamment dans :

- Le monde du sport
- Le monde de la politique
- Tous les mondes de la performance
- Chez les gens qui font des performances acrobatiques

Méthode des champions

Ils visualisent à l'avance l'événement avec le plus de détails possible. Ils visualisent leur victoire par exemple, mais ne précisent pas exactement l'endroit. Ils visualisent qu'ils portent la coupe qu'ils ont gagnée, mais ne disent pas que ça sera telle année, à tel championnat, dans telles circonstances.

Respecter la liberté de l'univers

- Pour ne pas coincer l'univers
- L'univers n'aime pas que vous preniez 100% du contrôle
- L'univers aime bien que vous le laissiez libre de vous présenter les cadeaux de la vie qu'il a prévus pour vous

Les résultats attendus

La sensation de déjà-vu

Vous serez étonnée que dans quelques temps, quelques mois, quelques années, vous vivrez cet événement et vous aurez ce qu'on appelle une

sensation de déjà-vu. "Tiens, c'est bizarre, là maintenant je suis avec mon chéri, c'est comme si je l'avais déjà vécu."

La magie dépassant l'imagination

Parfois c'est même mieux que ce qu'on avait imaginé parce que c'est ça la magie de la vie. Souvent les gens pensent que la vie est décevante, mais l'expérience montre le contraire : on peut vivre des moments d'amour, des histoires d'amour qui sont même bien plus belles que tout ce qu'on avait imaginé.

La gratitude du moment présent

Au moment même, vous ressentirez cette gratitude de vous dire "Waouh, c'est génial d'avoir vécu ça ! C'est encore mieux que ce que j'avais visualisé ou imaginé."

Application pratique

Le processus créatif

- D'abord vivre en imagination, en visualisation
- Créer quelque part dans un espace, un petit peu comme si vous tourniez un film qu'après vous allez regarder
- Cette création se réalisera

Ressources disponibles

Des audios de visualisation sont disponibles que vous pouvez écouter, mais vous pouvez aussi le faire par vous-même.

Objectif de l'exercice

Imaginer des situations d'amour très puissantes que vous allez bientôt vivre. Vous allez d'abord les vivre en imagination, en visualisation, et comme ça vous les créez dans l'espace énergétique pour qu'elles se matérialisent.