Le pouvoir du « Je Suis »

L'AVANT-GOÛT DU GUÉRISSEUR · FICHE 8

Deux mots sacrés, à utiliser avec soin.

« Je Suis » désigne ton être véritable, ta part divine, parfaite et toute-puissante. Chaque fois que tu le prononces, tu crées. Alors autant choisir ce que tu mets derrière !



« Je suis nul », « je suis malade », « je ne suis pas digne »... Ces étiquettes nourrissent ta réalité par la loi d'attraction, et collent à ton essence des attributs qui ne sont pas les siens.



Inutile de chercher à devenir : tu l'es déjà sur un plan supérieur. Choisis ton état d'être, affirme-le avec le sentiment que c'est vrai, et tu le deviendras.



Savoir, vouloir, oser, se taire. Ton travail intérieur se protège des jugements extérieurs : garde tes affirmations pour toi.

Bien formuler

Les règles d'or d'une affirmation qui marche.

AU PRÉSENT

Comme si c'était déjà acquis. « Je suis en santé » est plus fort que « je serai en santé », qui avoue « je ne suis pas ».

POSITIVE

Aucune négation, aucun mot qui rappelle le problème. Simple, une phrase, des verbes d'action.

RESSENTIE

Éveille l'émotion de la réussite. Si elle ne vient pas, fais semblant au début, jusqu'à la sentir vraiment.

CROYABLE

Si ton mental proteste, adoucis : « *Je crois désormais qu'il est possible que…* »

EXEMPLE

« Je ne suis plus en conflit avec ma belle-mère » devient « *Je suis en parfaite harmonie avec ma belle-mère, et j'apprécie notre relation.* »

EXEMPLE

« Je n'ai plus de soucis d'argent » devient « *Je choisis de m'ouvrir à l'abondance, et je crois cela possible.* »

✦ MON DÉFI DE LA SEMAINE

Liste tout ce que tu penses de toi en « je suis… » et « je ne suis pas… ». Puis réécris chaque phrase avec un « Je Suis » lumineux, et lis-les chaque matin.

✦ MON CARNET

Mes anciennes étiquettes :

Mes nouveaux « Je Suis » :

Celui qui me fait le plus vibrer :

✦ *Souviens-toi : ce que tu affirmes être, tu le deviens.*