

Coaching de l'âme




Esther Guérin

RÉVÉLEZ VOTRE
POUVOIR
CRÉATEUR

www.estherguerin.com



FAITES BRILLER VOTRE LUMIERE

Bonjour Maryline,

Quelques petites consignes avant de lire votre Coaching de l'âme :

Assseyez vous tranquillement et prenez quelques grandes respirations.

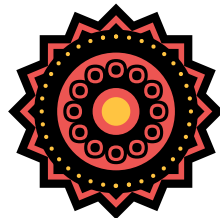
Puis imaginez qu'une brillante lumière blanche, dirige ses rayons à travers vous, de la Terre jusqu'au Ciel. Ainsi vous vous ancrez et établissez un contact avec l'invisible !


L'image qui m'est envoyée, est celle d'une femme de dos, qui monte le long d'une échelle pour attraper le soleil, le mot qui arrive est :

Lumière, - Mantra - Ma lumière illumine ma vie et le monde autour de moi !

Vous êtes Lumière et vous venez de la Lumière ! Vous illuminez le monde alors réjouissez-vous et rappelez-vous qui vous êtes. Vous avez une forme physique certes, mais elle est impermanente. A la source, vous êtes Luminescent ! Rayonnez et ne prenez pas les choses trop au sérieux...

Ce que votre âme veut que vous sachiez : L'heure est venue de briller et de vous rappeler qui vous êtes et d'où vous venez. Votre essence est une lumière radieuse ! C'est le bon moment pour faire le ménage - débarrassez-vous de tout ce que vous n'aimez pas ou n'utilisez pas. Jetez tout résidu physique, émotionnel ou mental afin de libérer de l'espace pour briller encore plus.





FAITES BRILLER VOTRE LUMIERE

Exercice conseillé pour accueillir dans votre nature humaine, le message de votre nature spirituelle :

Ecrivez vos pensées négatives, et répondez leur par une pensée positive. Vous pouvez aussi remplacer une habitude négative qui ne vous amène à rien de concret par une habitude positive. Puis pour être en paix, je vous conseille d'apprendre à aimer vos propres fêlures et à les remercier pour cela pendant quelques jours. Faites la liste de vos fêlures (tous les défauts et tous les reproches) que vous n'arrivez pas à vous pardonner.

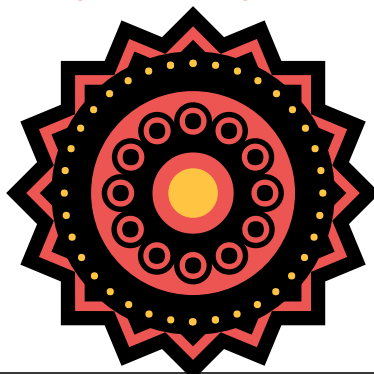
Mon corps est trop gros, maigre, vieux, flasque...

Je me laisse dominer par la colère

Oh je n'aurais pas dû faire, dire, penser...

Après avoir dressé votre liste, répétez à haute voix et en conscience éveillée :

« Je suis désolé(e) de toutes ces pensées de non amour que j'ai pour moi-même, je suis désolée de cette culpabilité faites de reproches et cette difficulté à m'aimer. Je demande pardon, ce qui veut dire : je demande que toutes mes pensées soient corrigées et purifiées. Merci. Je décide de m'accepter et de m'aimer »



FAITES BRILLER VOTRE LUMIERE

Pour continuer à cheminer spirituellement, et à amorcer une conversation directe avec votre étincelle intérieure, je vous invite à continuer le voyage par un tirage de carte spécifique.

La carte s'appelle : Solitude, cette carte est venue vous rappeler qu'il y a une différence entre "être seule" et "se sentir seule". La solitude découle d'une incapacité à apprécier (la compagnie de) la personne la plus importante dans votre vie : Vous.

Si la solitude vous accable Maryline, vous devez vous efforcer de créer une relation saine avec vous-même. Ce n'est qu'alors que vous attirerez d'autres personnes qui nourriront votre âme. Si vous ne commencez pas par établir un rapport positif à vous-même, vous n'attirerez que des personnes négatives. Pour créer cette relation saine à vous-même, vous devez commencer par vous sentir digne d'aimer et d'être aimée, car vous êtes une personne précieuse et importante. N'assimilez pas la solitude à une faiblesse : c'est simplement votre âme qui vous dit qu'il est temps de faire un travail intérieur et de rediriger vos pas, pour que vous puissiez devenir radieuse. Dans le silence de votre âme, vous prendrez conscience que vos enseignants, vos guides et votre famille spirituels sont à vos côtés. Rappelez-vous : Vous n'êtes jamais seule !

Le mantra d'acceptation : Je sais que je ne suis jamais seule

