



Boîte à outils n°13

COMMENT FAIRE SI ON N'Y ARRIVE PAS

Voilà une boîte à outils qui va vous être très utile dans les moments plus difficiles :

- > si on n'arrive pas à prier, comment on fait ?
- > si on a l'impression que nos prières ne sont pas exaucées, comment faire pour ne pas se décourager ?

Tout d'abord, dans un cas comme dans l'autre, tâchez de ne pas vous juger et ne pas vous culpabiliser, cela ne ferait qu'accentuer les difficultés. Acceptez que c'est comme ça pour le moment et allez voir ce qui se passe vraiment.



POSEZ UN « DIAGNOSTIC »

Découvrez à quel endroit est-ce que ça coince vraiment.

- est-ce que c'est consacrer un moment quotidien à la prière qui est trop difficile ? Peut-être que vous vous êtes placé la barre trop haut et que vous pouvez commencer par une fois tous les 2-3 jours et voir ce qui se passe.
- est-ce que c'est parce que vous ne trouvez pas le temps dans votre emploi du temps ? Si c'est le cas, il est plus que temps de revoir vos priorités dans la vie : faites du ménage et sautez sur tout ce qui peut vous simplifier la vie.
- dans votre moment quotidien de prière, qu'est-ce qui se passe ?

Vérifiez déjà que le moment de la journée que vous avez choisi est le bon. Choisissez un moment propice.

Vérifiez aussi que le cadre que vous avez choisi est le bon, que vous vous sentez bien dans cet endroit. Vous avez peut-être besoin de faire une cure de fréquentations d'église ou bien prendre d'abord le temps de faire de petites actions plus quotidiennes.

- est-ce que c'est le silence qui est difficile pour vous ?

Si vous avez l'habitude de tout faire avec un bruit de fond, c'est que de manière générale vous avez l'habitude de vous fuir et de fuir vos émotions, il est donc normal qu'il faille un temps pour apprivoiser le silence. Commencez vos entrées en prière par une musique inspirante et quand vous vous sentez prêt à « entrer en vous », coupez-là.



• est-ce que vous avez peur de vos émotions ?

C'est normal. D'une part l'éducation que nous avons reçue donne rarement la part belle à nos émotions (surtout si on est un homme). D'autre part, c'est aussi une qualité : cette capacité que nous avons de nous « retirer émotionnellement » est un mécanisme de défense qui nous permet d'avancer dans la vie parce qu'il n'est tout simplement pas possible à ce moment-là de traiter la souffrance immédiate causée par quelque chose qui bouscule nos sens et notre sensibilité. Accueillez cette « difficulté » en acceptant que c'est tout à fait normal.

Puis allez-y tout doux, avec la confiance que de toute façon vous ne serez pas confronté à quelque chose que vous ne pouvez pas supporter. Si cela devient trop dur, dites à l'émotion que vous venez de contacter que là ça suffit pour vous, que vous allez revenir, que vous ne laissez pas tomber, que vous allez lui donner toute la place. Ainsi, vous lui donnez de l'amour, vous vous en donnez et vous imprégnez le Champ de votre amour. Vous êtes donc en prière ;-) Souvenez-vous aussi que la souffrance ne disparaît pas simplement parce nous n'osons pas la regarder en face. Elle se dépose là où nous l'entreposons. Et puis, au moment où on s'y attend le moins, elle refait surface, dans des circonstances inattendues, pour nous dire de ne pas l'oublier. Une simple remarque, une image, une phrase fait ressurgir la blessure non guérie et parfois nous devons créer des circonstances dramatiques pour en prendre conscience et guérir. C'est donc beaucoup plus confortable d'y aller de son plein gré, dans le cadre sécurisant de votre moment de prière.

> Posez le bon diagnostic et trouvez le remède le plus approprié. Posez-moi votre question si vous n'en sortez pas. Demander de l'aide est une des techniques spirituelles les plus puissantes qui soient.

PRENEZ LE TEMPS

Vous venez d'apprendre une nouvelle manière de prier et avec celle-ci, une nouvelle manière de concevoir la vie. Vous êtes en train d'intégrer une nouvelle philosophie de vie, donc c'est normal que ça ne soit pas si simple. C'est un apprentissage qui prend du temps à intégrer alors donnez-vous de l'amour, donnez-vous du temps, puisque justement c'est cela votre objectif, de vous créer une vie et un monde rempli de paix et d'amour. C'est un excellent moyen de s'exercer.

> Bénissez votre difficulté à prier

> Piochez dans d'autres techniques : chanter, marcher, respirer, créez...

> Explorez toutes les boîtes à outils et cherchez dedans ce qui vous convient vraiment, même si ce n'est pas possible (pour le moment) d'utiliser la technique de déposer dans le Champ ce que vous souhaitez créer.

> Relisez les modules d'enseignement et regardez les vidéos plusieurs fois

UN SEUL REMÈDE : L'AMOUR

Quoi qu'il se passe dans ce processus, quelle que soit la difficulté, donnez-vous de l'amour.



N'oubliez pas que si vous rentrez dans des émotions d'impatience et de compétition, c'est avec cela que vous imprégnez le Champ.

Allez-y doucement, tranquillement : vous êtes en train d'apprendre une nouvelle manière de vivre et vous avez passé x années à penser et à ressentir différemment, il est normal que cela prenne du temps. Encouragez-vous comme vous encouragez un petit enfant qui apprend à marcher. Encouragez-vous comme vous encouragez un malade convalescent qui se lève après une longue maladie ou une opération. Car c'est à cet endroit que vous êtes. Vous êtes en train de réapprendre ce qu'est la vie en réalité.

Se connaître soi-même prends du temps et de l'amour alors prenez le temps et aimez-vous. Se donner simplement un moment d'amour à soi-même est une prière et la prière est le langage avec lequel nous communiquons avec le champ.

SI VOUS N'ÊTES PAS EXAUCÉ...

Si vous avez l'impression que vos prières ne sont pas exaucées (je parle ici de ce que vous avez déposé dans le champ), voici comment procéder :

- faites le point sur cette « demande » et demandez-vous en quoi elle est importante pour vous, en quoi est-ce que c'est un enjeu ? Y a-t-il ici des émotions à libérer ? Peur, doute, émotion liée à l'enjeu...
- si besoin, refaites le processus complet de déposer dans le Champ ce que vous voulez créer, en prenant bien soin de ne pas prier « pour obtenir » mais de « prier ce que vous voulez » en vous sentant « entouré de la réponse ».
- passez à l'action et persévérez : souvenez-vous qu'en agissant de concert avec le Champ, vous cultivez en oeuvre et participez activement aux résultats.
- revoyez la boîte à outils n°13 (une foi qui déplace les montagnes).
- assurez-vous que vous êtes vraiment au clair avec tout l'enseignement dispensé ici : si besoin, relisez les cours ou regardez de nouveau les vidéos pour vérifier que vous êtes ok avec le fait que c'est vous qui créez votre réalité avec les émotions que vous imprégnez dans le Champ.
- regardez bien attentivement si vous n'avez pas manqué certains signes importants (exemple de la jeune femme avec son appartement)
- sachez que vous êtes toujours exaucé : souvenez-vous qu'il y a une multitude de possibilités quantiques et que celles que vous voulez voir se réaliser ne sont pas nécessairement les meilleures pour vous ni en alignement avec le plan divin, dont vous n'avez qu'une vision parcellaire. Si vous avez conscience de cela pendant votre demande, cela signifie que vous êtes obligatoirement exaucé.
- mettez-vous à l'écoute de la parole de Dieu et vous aurez des informations sur ce qui est le plus approprié
- un apprentissage est peut-être nécessaire avant de pouvoir vous livrer ce que vous souhaitez, qui arrivera au bon moment, quand vous aurez guéri d'abord tout ce que vous avez à guérir.

Je vous souhaite d'excellents moments d'expérimentation.



