



Module n°4 • La tête dans les étoiles

COURS N°22 • LES MESSAGES DU CORPS

Une bonne entrée en matière pour vivre l'unicité du ciel et de la terre : comprendre les messages que l'Esprit nous envoie, via nos émotions et notre corps.

LES 3 INTENSITÉS DE MESSAGES

Nous sommes de nature spirituelle et nous pouvons être à l'écoute de cette dimension de notre être, en pratiquant la prière ou en faisant silence par exemple. Un autre signe que nous sommes câblés sur cette fréquence, c'est quand nous nous sentons divinement guidés. Que tout est fluide, que tout se déroule à merveille, les synchronicités parfaites.

> C'est le niveau n°1.

Dès lors que tout est pas fluide, c'est le signe que nous commençons à être désalignés. Nous avons pris ou sommes en train de prendre une décision disharmonieuse, qui est pas en accord avec le plan divin.

Cela crée un déséquilibre énergétique dans le champ de potentiel et la fluidité n'est plus. Si nous persistons dans cette voie, cela un déséquilibre énergétique dans un de nos chakras et nous ressentons une émotion désagréable. Par exemple, je vais ressentir de la honte ou bien me sentir triste. Nous verrons tout à l'heure quel chakra et quel besoin fondamental est concerné en fonction de l'émotion ressentie. Nous sommes câblés sur la partie limitante de notre système de croyances et non sur la partie harmonieuse de notre système de croyances, qui lui est aligné sur l'Esprit que nous sommes.

> C'est le niveau n°2.

Au bout d'un moment ce déséquilibre énergétique augmente et se transmet à la matière dans les organes situés autour du chakra en question, créant alors un symptôme physique.

> C'est le niveau n°3.

Une fois que nous prenons conscience de tout cela, nous pouvons agir et nous réaligner en profondeur : comprendre là où nous avons pris une mauvaise décision, là où c'est une croyance limitante qui rejoue un vieux programme malgré nous. En changeant de regard sur l'expérience que nous faisons, nous avons également la possibilité de changer l'émotion correspondante.

Les maux du corps sont les mots de l'âme. Ainsi on ne doit pas guérir le corps sans chercher à guérir l'âme.

PLATON



Attention toutefois à ne pas mettre un couvercle sur ce que nous avons attiré avec notre système de croyances et travailler en profondeur nos croyances.

Quand je fais une expérience désagréable dans mon corps (exemple : j'ai mal à la tête), j'aimerais qu'elle s'arrête. Je peux choisir de prendre une aspirine et alors mon expérience disparaît (je n'ai plus mal à la tête). Mais ça risque de se répéter car je n'ai pas changé en moi la croyance qui a créé le déséquilibre énergétique à l'origine du mal de tête. C'est même un message qui risque de devenir de plus en plus fort car la personne ne l'écoute pas.

LES ÉMOTIONS

Soit nous les ressassons, mais ça ne sert à rien.

Soit nous mettons un couvercle et c'est dangereux car le feu est toujours allumé en dessous : mettre le couvercle n'empêche pas l'eau de bouillir, seulement de voir que ça bout.

- Prendre un temps d'accueil de l'émotion.
- Aller à la rencontre de l'émotion comme on apprivoise un oiseau blessé : en douceur, tranquillement, sans attente, sans volonté que cette émotion ne soit plus là. Ce n'est pas une aspirine.
- Voir ce que cette émotion a à nous dire. Derrière cette émotion, de quoi avons-nous vraiment peur ? Qu'est-ce qui se joue réellement derrière cette émotion ? La plupart de nos émotions n'ont rien à voir avec la réalité de l'enjeu. En Occident, nous sommes rarement en réel danger de quoi que ce soit.
 - > exemple : mon petit ami me quitte, je me sens en panique. je me sens abandonnée comme le petit enfant, je revis l'angoisse d'un bébé que sa mère abandonne. en prenant conscience de cela, je peux faire baisser l'émotion d'un cran. je peux faire un pas de côté et reprendre mon pouvoir d'adulte. Mon ami ne m'aime plus, mais il ne m'abandonne pas. On n'abandonne pas un adulte, c'est impossible puisqu'il peut se prendre en mains tout seul.
 - > exemple : je manque d'argent, j'ai peur de me retrouver à la rue. Il faudra vraiment une très longue procédure pour que ça arrive
 - > exemple : mon activité professionnelle ne marche pas fort et j'ai peur que ça se sache. en réalité, j'ai honte. J'ai honte de qui je suis en réalité, je me sens à côté de la plaque. J'ai du mal à m'aimer tel que je suis, j'ai du mal à prendre ma place dans la société : faire un travail sur soi pour apprendre à s'aimer et agir pour davantage manifester son potentielEn faisant cela, on agrandit l'espace entre le stimulus et la réponse.

- Agir concrètement sur ce qui a occasionné l'émotion pour guérir la blessure originelle que l'émotion est venue mettre en lumière.
- Il y a toute une partie de ce travail qui peut se faire seul, mais ce n'est pas possible pour tout. Nous avons besoin de l'autre pour faire miroir. Faire régulièrement un travail de changement dans son système de croyances avec un professionnel expérimenté. Dans le domaine professionnel, se faire coacher.



LES SYMPTÔMES PHYSIQUES ET LES 7 BESOINS FONDAMENTAUX

Attention, ce cours ne remplace pas un diagnostic médical et ne vous invite en aucun cas à cesser le suivi médical dont vous pourriez faire l'objet. Il vous propose une réflexion sur le sens de la maladie.

De la même manière, ce cours ne saurait se substituer à une séance de décodage avec un professionnel du décodage de symptômes physiques.

Le symptôme physique est une croyance disharmonieuse qui ne parvient pas à se faire entendre, elle utilise donc le corps pour ça. Chaque fois que je fais une expérience, je peux choisir de la regarder à partir de l'Esprit que je suis : je vis ça dans mon corps, mais je ne suis pas ce corps. Si je regarde l'expérience que je vis à travers le filtre de l'esprit, observer ce que ça change.

Un symptôme physique nous indique toujours :

- soit ce que nous sommes censés faire
 - soit ce que nous sommes censés arrêter de faire
- > en fonction contexte. *Exemple de la personne clouée au lit.*

Pour toute cette partie, je vous invite à vous reporter au cours n°5 dans le module n°1, sur la philosophie de vie, où je vous explique les 7 besoins fondamentaux. Vous pouvez bien sûr vous reporter à d'autres grilles de décodage biologique.

CHAKRA N°1.

La manière dont nous prenons appui sur le sol quand nous sommes debout est en relation avec notre manière d'être sur Terre, c'est-à-dire de vivre notre incarnation. Est-ce que je me sens stable en Sécurité ?

Difficultés : Insécurité • manque de confiance • avec l'incarnation • avec la matière • avec le concret • avec le corps

CHAKRA N°2.

A ce niveau se trouve, entre autres, l'intestin grêle, qui est le lieu de l'assimilation. C'est là que se fait le tri entre ce que nous gardons et ce que nous éliminons par rapport à ce que nous avons mangé, c'est-à-dire par rapport à ce qui vient de l'extérieur. Ce niveau est associé aux limites et donc à un besoin de Repères non satisfait.

Difficultés : à gérer ses limites • dépendance(s) • avec le plaisir • avec la nourriture • avec la sexualité

CHAKRA N°3.

Généralement, ce qui « nous reste sur l'estomac » sont des choses que l'on n'a pas exprimées, par manque d'authenticité, par peur d'exprimer qui on est vraiment, par incapacité de vivre sa Liberté.



Difficultés : image de soi • identité • expression • personnalité • ne pas se sentir exister • du mal à prendre des décisions • du mal à passer à l'action • responsabilité • estime de soi, valeurs, compétences

CHAKRA N°4.

C'est là que se font les principaux échanges vitaux (cœur et poumons : sang et air). C'est le niveau des relations, qui nous parle du besoin d'Amour.

Difficultés : dans les relations • communication • donner-recevoir • avec l'amour • avec la différence

CHAKRA N°5.

Là situe le cou dont une des particularité est sa grande flexibilité. Ce niveau est donc associé au changement, notamment pour prendre sa place et être en Cohérence avec qui on est vraiment. On y trouve aussi les membres supérieurs, avec lesquels on peut avoir une emprise sur les choses (notions de contrôle et de lâcher-prise).

Difficultés : avec le lâcher-prise • pour prendre les choses à bras-le-corps • pour prendre sa place • tendance à contrôler ou à laisser-faire • avec le système • avec le flux de la vie • avec son potentiel

CHAKRA N°6.

A ce niveau se trouvent la tête le visage. Le chakra est celui du 3ème oeil, tourné vers le côté non-visible du monde, vers l'essence de ce qui est, vers le non palpable. C'est le premier de nos deux besoins spirituels, le besoin de Sens. Ce niveau est également associé au temps, qui est également un concept abstrait, non palpable.

Difficultés : avec temps • donner un sens à sa vie • avec la mission de vie • avec les processus • avec les seuils • avec la mort

CHAKRA N°7.

Il se situe en dehors du corps physique. Ce niveau est donc associé à l'au-delà, à l'idée du tout, ainsi qu'à l'autorité, notamment du père (ou du Père) et à notre ultime Réalisation.

Difficultés : avec l'autorité • avec Dieu • avec l'au-delà • se sentir isolé • avec se sentir un avec le Tout.

GRANDIR EN CONSCIENCE

Comme nous venons de le voir, les émotions désagréables et les symptômes physiques sont là pour nous alerter que nous ne sommes pas ou plus alignés sur l'esprit que nous sommes mais sur la partie disharmonieuse de notre système de croyances, sur la partie blessée de qui nous sommes. Ce sont des messages qui sont là pour nous aider et non pour nous empêcher de vivre comme nous l'entendons. Ils sont là pour nous aider à nous réaligner en nous donnant l'occasion de guérir quelque chose qui demeurerait blessé et dont nous n'avions pas conscience. A partir du moment où cela se manifeste, c'est que nous accédons à la possibilité de le guérir, ce qui n'était pas forcément le cas avant.



