

BARBARA HOCQUETTE

Apprendre à développer ses dons

Les Editions du Sourire et de la Bienveillance

Barbara Hocquette – Apprendre à développer ses dons – 09/2018

On aimerait tous pouvoir un jour se mettre à utiliser nos facultés naturelles, celles que nous découvrons au fil de notre évolution ou celles qui nous ont été transmises par nos parents, nos grands parents ou plus loin encore sans que nous ayons pris le temps de les mettre en application.

On appelle cela très souvent des dons comme si quelqu'un nous avait confié un bien, un cadeau que nous devons faire fructifier pour le bonheur de tout à chacun.

Or, parfois les personnes ayant certaines facultés ne souhaitent pas en faire un art de vivre, ni même leur métier. Juste savoir s'en servir pour pouvoir en bénéficier et en faire bénéficier, si besoin est, les personnes qu'elles rencontrent.

Vous avez très certainement dû vous rendre compte que les facultés que vous pensez pouvoir développer aujourd'hui, vous les avez depuis toujours et très souvent depuis que vous êtes né.

Vous ne vous en êtes jamais vraiment intéressé ou plutôt cela s'est fait très naturellement au fil de différentes expériences. Mais dans tous les cas, vous savez que ce que vous pouvez mettre au profit des autres ne vous est pas arrivé un beau matin juste parce que vous l'avez demandé à l'univers. Parfois, ce n'est pas très marqué, c'est vrai ou alors enfoui au plus profond de votre subconscient. Mais un jour, pas de hasard, les facultés reprennent le chemin de leur destinée et viennent à nouveau, si vous êtes en accord avec vous-même, frapper à la porte de votre cœur.

Nous allons dans ce programme voir ensemble que pour que vos facultés puissent renaitre en vous même et être développées, vous devez être dans l'ouverture du cœur. Ce sera donc la 1ère étape essentielle pour que tout puisse se mettre à émerger à nouveau.

Puis ensuite, lors de la 2ème étape, vous allez découvrir que chaque faculté est reliée à un sens particulier, celui avec lequel vous êtes très à l'aise et qui va donc vous servir de transmetteur.

Au cours de la 3ème étape, nous irons faire un petit tour dans le monde de votre réalité et voir ensemble ce qui a bien pu à un moment donné vous empêcher de pouvoir être vous-même et ainsi de ne pas pouvoir mettre en pratique vos facultés.

La 4ème étape sera réservée à l'amour de vous même et donc nous regarderons de plus près ce qui vous anime de l'intérieur afin de pouvoir développer toujours plus votre sensibilité, base indispensable pour mettre en place vos facultés.

La 5ème étape sera celle de la mise en pratique de vos capacités au travers de différents exercices pour vous aider à faciliter l'expression de votre don.

La 6ème étape sera celle de l'intuition qui va vous permettre de pouvoir vous connecter plus facilement à ce qui est bon pour vous de mettre en pratique quand le besoin se fait sentir.'

Et la 7ème étape sera celle de la progression de vos facultés en poursuivant votre expérimentation autour d'exercices simples mais très instructifs quant à la mise en pratique de vos dons.

Chaque étape vous demandera beaucoup de concentration et un travail personnel sur vos capacités. Prenez le temps nécessaire pour évaluer par vous-même la gestion de ce que vous souhaitez mettre en place dans votre quotidien.

Vouloir aller trop vite pourrait aller plutôt à l'encontre de votre développement. Restez maître de ce que vous souhaitez acquérir et ne laissez personne vous dire comment vous devez vous y prendre pour apprendre au mieux à développer vos dons, si cela ne vous « parle » pas. Il y a différentes méthodes, celle-ci en est une parmi d'autres, basée sur la connaissance de mes guides.

Quand vous commencerez à percevoir les bienfaits de ce que vous pouvez offrir aux autres en retour d'une autre énergie, vous aurez peut-être tendance à vouloir en faire un peu trop.

**Soyez toujours à l'écoute de vous-même et ne laissez pas l'ego
ou le mental diriger vos actions.**

**Les dons sont des cadeaux de la vie qui vous ont été donnés à votre naissance.
Et quand le moment est venu pour vous de vous en servir, ils peuvent vous être d'un grand secours, d'une précieuse utilisation. Il est donc important de savoir connaître ses propres limites et de ne jamais vouloir en faire trop sous prétexte de qui ou de quoi que ce soit d'autre.**

Les dons, on les développe, on les fait grandir mais on peut aussi les perdre ou ne jamais vouloir les utiliser. Toute personne qui reconnaît en elle son pouvoir créateur saura qu'il est très important de ne pas s'amuser avec les facultés que nous avons mais bien plus de les utiliser à bon escient.

Vous apprendrez au cours de ces 7 étapes à ne transmettre que ce que vous êtes en capacité de donner et que tout échange d'énergie se fait dans les deux sens, ce qui demande beaucoup de discernement et de vigilance.

Avoir un don, c'est pouvoir faire du bien en soi et autour de soi. Ils sont nombreux et divers et chacun peut en développer au moins un. Ne cherchez pas pour autant le succès au travers de ces facultés que l'on vous a données. Tout est inscrit dans l'Univers : le pourquoi comme le comment. Il est donc important de savoir en faire bénéficier ceux qui en ont vraiment besoin sans pour autant que cela devienne pour vous un sacerdoce.

un don - une vie - un être humain - une évolution - un bien être collectif - une communauté

Quand vous pensez don, vous pensez très certainement à donner mais très peu à recevoir. Pour vous, si on vous a fait ce cadeau du ciel de vous permettre de pouvoir aider les autres, c'est obligatoirement pour que vous puissiez leur donner votre soutien. Et pourtant on oublie souvent que pour donner, il faut aussi avoir appris à recevoir car si on passe toute notre vie à n'aller que dans un sens, il sera très difficile de pouvoir donner correctement. Il est donc important de conscientiser cette phase importante qui est d'apprendre à recevoir. Et pour cela, nous allons aborder le thème de l'ouverture du cœur.

ETAPE N°1 : L'OUVERTURE DU COEUR

Aimer pour beaucoup de personnes, c'est donner tout ce que l'on a et même plus parfois. Mais quand on leur demande ce qu'elles reçoivent en retour, elles disent que cela n'a aucune importance car ce qui est essentiel à leurs yeux c'est de pouvoir faire ce don universel qui va d'elles vers les autres. Certes, il est important de donner sans rien attendre en retour. Mais donner sous entend que cela va nous donner à nous aussi quelque chose : l'effet miroir, la loi de résonance ou la loi de l'attraction.

Quand on donne un sourire à quelqu'un, c'est parce que la vie nous sourit également sinon nous ne serions pas du tout aligné avec notre émotion.

Quand on donne un baiser, c'est parce que cela nous comble de joie de le faire.

Donc vous voyez bien qu'à chaque fois que vous donnez quelque chose, cela vous donne à vous aussi quelque chose. Ce n'est pas obligatoirement la même chose, ni même ne vient de la même personne que celle à qui vous avez donné, mais en tous cas cela vous procure au niveau du cœur de très belles sensations. Vous êtes en joie, vous êtes heureux, vous êtes dans la plénitude, vous êtes calme et serein, vous êtes en paix.

Le don, fait de « donner » est donc par concomitance un geste qui va non seulement vous permettre de pouvoir offrir ce que vous avez à l'intérieur de vous et en même temps de recevoir ce qui va vous faire du bien.

L'ouverture du cœur peut donc se mettre à opérer.

Quand vous êtes comme on dit dans le don, vous êtes surtout connecté à votre cœur. Vous ne donnez pas pour une certaine raison ni même par loyauté ou pour faire plaisir à ceux qui vous le demandent. Vous donnez parce que cela est inscrit dans votre cœur. C'est un geste qui se fait normalement, sans aucune douleur, ni souffrance, avec légèreté et douceur, de manière très naturelle et surtout à des moments qui vous conviennent parfaitement car c'est là que vous pouvez donner le meilleur de vous même et que vous êtes en mesure de transmuter votre énergie universelle en quelque chose de très réconfortant.

Si vous n'êtes pas en capacité de donner ce qui vous appartient totalement, il se passera à un moment ou à un autre une rupture entre ce que vous êtes et ce que vous désirez mettre en pratique dans vos séances. Et quand l'harmonie ne peut plus régner à l'intérieur de vous, il deviendra très compliqué de pouvoir faire jaillir de votre cœur cette énergie bienfaisante qui vous permettra de la transmettre à d'autres.

Il est donc nécessaire de prendre le temps avant de vouloir mettre en place dans votre vie les dons que vous avez, de vous centrer sur vous-même et de savoir ouvrir votre chakra du cœur qui indique que donner et recevoir sont deux gestes d'amour universel.

Une fois que vous aurez pu prendre ce temps nécessaire pour vous aimer vous-même car vous venez d'assimiler comme étant primordial de pouvoir donner en acceptant de recevoir et de recevoir en acceptant de donner, vous serez en mesure de donner à ceux que vous rencontrerez au cours de votre cheminement, les bienfaits nécessaires à votre mission de vie.

De vous à moi : J'ai souvent cru que donner était suffisant car cela me donnait le sentiment de ne jamais rien devoir aux autres. Mais j'avais oublié que pour vivre en société, il fallait savoir se positionner à différentes places. Parfois nous sommes le client, parfois nous sommes le vendeur, parfois nous sommes celui qui donne et parfois celui qui a besoin de recevoir. C'est à partir de ce moment là que mon cœur a repris le chemin de la non souffrance car je me suis sentie totalement à ma place. A chaque fois qu'une situation se présentait à moi, je n'avais aucun mal à donner ni même à recevoir. A partir de là, mes mains se sont remises à fourmiller et j'ai pu à nouveau retrouver une plus grande confiance en moi : plus de pression à vouloir être tout à la fois, juste accepter d'être dans un monde qui va de soi.

A chaque fois que vous allez pouvoir être « cœur ouvert », vous n'aurez pas à vous poser de question. Vous ne vous demanderez pas si ce que vous faites, c'est mal ou c'est bien, si c'est ainsi que vous devez vous y prendre ou si finalement vous êtes en train de prendre le mauvais chemin. Vous saurez que si cette personne a été mise sur votre route, c'est parce qu'en vous réside quelque chose qui peut, par résonance, lui faire du bien.

Selon votre don, cela ne se passera pas toujours de la même façon. Mais dans tous les cas, il y aura toujours la même démarche qui est de remercier du plus profond de votre cœur que cette personne ait été mise sur votre chemin car elle va vous permettre de pouvoir vivre une expérience bénéfique pour vous et aussi de pouvoir faire rayonner en vous votre fluide universel.

Quand on se pose trop de questions, on invite le doute à faire partie de notre quotidien. Nous commençons à ne plus savoir si on a vraiment tort ou raison de faire ce pour quoi on pense que nous sommes en mesure de donner en toute insouciance.

Mais dès lors où on est dans l'ouverture du cœur, on reconnaît en soi que nos valeurs sont venues faire résonance chez une autre personne qui a, tout comme nous, des besoins de voir sa vie évoluer peu à peu.

Inutile donc de vouloir mettre la charrue avant les bœufs ou de vouloir absolument faire « mieux que mieux ». Il faut demander à l'univers de nous seconder dans notre action, ne pas avoir d'attente et y mettre toute notre intention quant à un mieux être de la personne que nous accompagnons.

Parfois la guérison ne se manifeste pas mais le message est passé que dans cette vie présente, ses cellules peuvent apprendre à se régénérer.

On ne s'implique pas personnellement, on n'y met aucun affect et encore moins de sentiments.

On laisse notre cœur s'ouvrir et rayonner cette énergie bienfaisante qui va nous permettre de transmettre au corps de l'autre un potentiel énergétique qui va lui permettre de poursuivre son cheminement.

Si vous pensez que vous devez obligatoirement être en mesure d'obtenir un résultat immédiat ou manifesté, vous n'êtes déjà plus centré sur votre cœur mais au niveau de votre égo .

Restez calme et serein et ne demandez pas à l'univers ce que lui même ne peut pas apporter comme solution instantanée. Laissez les choses se mettre en place au fur et à mesure de vos interventions.

Les dons ne demandent pas de résultats concrets en toute circonstance pour être reconnus comme étant d'utilité certaine. Ils offrent la possibilité à la personne qui vous a fait confiance de pouvoir lui apporter l'espoir d'un renouveau, un réconfort, un soutien momentané, un peu plus d'amour et de compassion dans sa vie, un tremplin pour se prendre en charge personnellement.

Nous ne sommes pas toujours à même de pouvoir faire de nos dons notre métier mais qu'importe, le plus important est de savoir donner en toute simplicité, avec le cœur et surtout à des doses que nous sommes en capacité de gérer correctement.

Quand vous serez en mesure de vous mettre en posture « cœur ouvert », à tout instant, vous ressentirez au fond de vous un très grand soulagement. Une partie de vous ne viendra plus critiquer l'autre qui de ce fait vous pousse parfois à en faire autant avec ceux qui sont mis sur votre chemin d'évolution.

Etre dans l'ouverture du cœur, c'est être soi en toute circonstance et accepter que l'autre en fasse tout autant. Si par moment, il devient plus difficile pour vous de gérer certaines tensions, repositionnez-vous au centre de votre cœur en vous posant la bonne question : « suis-je en mesure de pouvoir donner et recevoir l'amour universel ? »

Si cela est dans vos capacités, vous pouvez reprendre le chemin de votre activité de « guérisseur », de « soigneur » ou d'« accompagnant ». Si cela vous semble encore un peu compromis, n'insistez pas et laissez une autre personne pouvoir intervenir sur les gens que vous accompagnez.

Nous ne pouvons pas donner à moitié ou sur le mode « lutte incessante », il nous faut être dans une entière disponibilité : corps – âme – esprit.

C'est pour cela que nous sommes très régulièrement inviter à faire des pauses dans notre quotidien afin de pouvoir nous recentrer sur notre cœur et ne pas perdre l'idée que si nous souhaitons réellement pouvoir donner le meilleur de nous même en toute circonstance, il faut rendre notre vie douce et légère.

De vous à moi : J'ai souvent pris pour ma part, le chemin le plus aisé pour pouvoir me donner ce que je pensais être ce qui allait me convenir. Je me donnais ainsi la certitude que plus j'allais entreprendre un travail sur moi et plus je serai à même de donner aux autres ce qui allait leur faire du bien. Mais c'est finalement en m'allégeant karmiquement que j'ai pu me reconnecter à ma véritable nature et cesser de croire que c'est en en faisant toujours plus qu'on peut donner ce que les autres attendent de nous. Tout se fait sur un mode beaucoup plus subtil où chacun œuvre au niveau d'éveil conscience auquel il est connecté.

Ne laissez jamais personne vous dire ce que vous devez mettre en place et comment vous devez procéder. C'est un travail de longue haleine que de savoir cheminer et il ne faut en aucun cas laisser aux autres la part belle qui serait de croire qu'ils en sauraient plus sur vos propres capacités que vous n'en savez vous-même. C'est au travers de votre expérience que vous allez pouvoir sentir et ressentir où se situe votre don et surtout comment vous allez pouvoir vous en servir correctement. Il y a certes des principes, des façons de faire qui peuvent être communs à tous mais en règle générale, il n'y a pas un praticien qui fonctionne comme un autre. Restez-vous même, c'est ce qui donnera de la valeur personnelle à ce que vous êtes en capacité de pouvoir donner.

Comment savoir si finalement vous êtes ou non dans l'ouverture du cœur ? Il y a par moments des instants un peu perturbants où nous ne savons plus vraiment faire la part entre ce qui nous appartient réellement et ce qui appartient à l'autre. C'est à ce moment précis que vous allez pouvoir être dans une ouverture spécifique qui va vous permettre de pouvoir rayonner intérieurement vers ce qui vous semble être la proie de beaucoup de vos tourments.

Quand, par exemple, vous souhaitez mettre en place quelque chose dans votre vie mais que d'autres personnes ne sont pas du tout du même avis que vous, vous voilà pris dans le piège de : « qui de vous deux a tort ou raison ? » En ouvrant votre cœur, vous laissez à l'autre sa part de décision et aussi et surtout sa part de responsabilité dans les paroles et les choix qu'il émet. Et de votre côté, vous poursuivez votre cheminement persuadé que si rien ne vient faire contre balancier dans la décision que vous souhaitez prendre, il n'y a aucune raison pour vous de vouloir aller à l'encontre de votre idée première.

Faire contre balancier c'est quand par exemple, vous aimeriez pouvoir vous rendre quelque part et que la vie par ses entrefaites, vous « empêche » de pouvoir le faire en toute fluidité : un retard de train, un obstacle sur le chemin, une visite impromptue...

Les gens possèdent intérieurement des énergies vibratoires qui peuvent vous faire croire que leur décision serait meilleure que la vôtre. Et en restant dans l'ouverture du cœur, on entend ce que l'autre a à nous proposer mais on ne cherche pas à le dévier de ses croyances ou à nous laisser influencer, on poursuit notre route en quête de la non-dualité.

Si vous avez besoin de prendre plus de temps que celui pour lequel vous pensiez avoir déjà bien trop attendu, et que cela vous énerve, n'espérez pas mettre toujours plus d'énergie lumière dans votre cœur. Le temps n'existe pas sur le plan de l'universalité. Il est comme l'amour et l'argent une énergie qu'il faut savoir utiliser à bon escient. Laissez infuser ce qu'il est difficile pour vous parfois d'assimiler comme étant une expérience à vivre mais ne renoncez pas à mettre toujours plus de temps dans ce que vous êtes capable de réaliser.

On peut se permettre beaucoup de choses quand on est dans l'ouverture du cœur car tout ce qui se met sur notre chemin est un pas de plus vers notre évolution. C'est donc avec joie et amour que nous pouvons poursuivre notre cheminement.

Plus vous allez pouvoir vous immerger dans ce qui va vous procurer beaucoup de bien être et plus vos soins seront à la hauteur de votre être. Vos valeurs seront dans la lumière de ce que vous pourrez donner et recevoir lors de vos séances.

Pas besoin de chercher ailleurs, ce que vous possédez déjà à l'intérieur de vous. C'est en restant connecté à son moi intérieur, à son chakra sacré que nous pouvons rayonner au mieux toute cette énergie vitale qui va pouvoir redonner à ceux qui en ont besoin, la force dont ils ont encore du mal à se remplir par leur propre moyen.

Une fois que vous aurez effectué votre séance, remerciez la personne qui vous a procuré cette joie de venir jusqu'à vous, remerciez-vous d'avoir su donner le meilleur de vous même, remerciez le ciel d'avoir pu vous guider dans votre lumière et remerciez la terre de vous apporter toute son énergie.

ETAPE N° 2 : LES SENS

Nous sommes tous dotés à la naissance de cinq sens qui seront au fil de nos expériences de vie plus ou moins aiguisés.

Il y a le toucher, l'odorat, la vue, l'ouïe et le goût. Nous apprenons souvent sans même nous en rendre compte à nous en servir.

Au début, on le fait de manière très naturelle, puis comme on ne pense plus vraiment qu'ils sont si importants dans notre vie, on fait comme si ils faisaient partie de nous et que ce n'est pas vraiment la peine d'y prêter plus d'attention qu'au reste de ce qui pourrait nous faire du bien.

Or, quand dans les petites classes de maternelle, et j'en ai fait l'expérience, on s'intéresse de plus près à la notion de goût, on se rend compte que les enfants sont en totale capacité de nous indiquer si un aliment est amer, astringent, sucré, salé ou acide. Il est donc manifeste qu'au cours des années, de notre côté, nous adultes, avons peut-être oublié tout simplement de prendre soin de ces sens qui sont de véritables atouts.

C'est d'ailleurs quand nous commençons à avoir des problèmes de vue ou d'ouïe, que nous réalisons à quel point, il est important de pouvoir les développer et surtout de les garder en activité le plus longtemps en les préservant.

Je ne vous ferai pas un cours général sur les sens mais je vous invite à découvrir lequel ou lesquels chez vous sont déjà les plus utilisés, les plus développés, et ceux pour lesquels vous n'y prêtez aucune attention ou qui pourraient être déjà endommagés. Sachant qu'à chaque fois que vous prêtez votre attention à quelque chose, vous lui donnez plus de pouvoir.

De vous à moi : Pour ma part, j'ai toujours été très tactile et j'adore écrire depuis toute petite, des cahiers entiers de vacances puis des livres, des carnets, beaucoup de loisirs créatifs. La vue est également un sens important. J'aime découvrir, j'aime le « beau », l'art et partout où je vais je prends des photos, je m'émerveille, je suis dans la contemplation. Par contre en ce qui concerne l'ouïe, c'est un peu plus compliqué, j'ai entendu de nombreuses choses qui m'ont été dites et qui n'ont pas laissé de belles traces émotionnelles et puis beaucoup de musique à fond dans les oreilles à la création des premiers walk-man. Pour ce qui est de l'odorat, il est très développé : les odeurs de la bonne cuisine de ma grand-mère, peut-être ? les effluves dans la nature. Et en ce qui concerne le goût qui est rattaché au sens de l'odorat, j'ai longtemps été gourmande avant d'être gourmet et je suis assez curieuse des nouveautés et des spécialités étrangères ce qui m'a permis d'avoir un palais très développé, plus axé vers le salé et l'acide.

Quand vous commencez à mettre un peu plus, au moins un de vos sens en éveil, vous vous rendez vite compte que cela vous permet d'être plus vibrant. C'est comme si une partie de vous était connectée au monde environnant et qu'elle va vous permettre de recevoir des informations dont vous n'aviez peut-être même pas connaissance avant. Vous êtes comme relié par cette partie de votre être à ce qui va pouvoir vous apporter énormément. Et c'est très souvent à ce moment précis de cet échange que vous pouvez commencer à ressentir des vibrations certaines qui vont vous donner des informations que vous ne soupçonniez même pas.

Je vous donne un exemple. Quand on se met à parler, on prend rarement le temps d'écouter notre voix et pourtant si on pouvait le faire on se rendrait vite compte qu'elle bat la mesure en fonction des émotions que nous ressentons et du message que nous souhaitons transmettre.

Alors faites cette expérience, de vous mettre à écouter toujours très distinctement la parole des gens qui sont en votre présence. Au début, vous n'entendrez peut être que des mots collés les uns aux autres.

Puis au fur et à mesure de votre expérimentation sur ce sens, vous allez vous rendre compte qu'il y a parfois des blancs, que parfois la voix monte dans les aigus et redescend dans les graves, que cela peut parfois être tremblotant ou plutôt ferme, qu'en fait la voix et le son qui en sort retransmet parfaitement l'humeur des gens. Donc plus vous allez vous mettre à regarder à l'intérieur des gens via le canal de leur parole et donc de votre ouïe et plus vous allez en apprendre sur eux. A l'inverse, cela peut vous aider également par vos propres mots et vos propres sons à calmer les émotions de ceux qui vont venir vous voir pour un accompagnement.

Quand on commence à s'intéresser de près à ce qui nous rend plus vibrant, c'est comme un jeu que l'on va expérimenter en toute occasion. Vous allez donc remarquer que le son de la télévision peut émettre des sons un peu perturbants sur votre état général, que ceux de la machine à laver sont plutôt berçants, que lorsque la voisine crie vous ressentez plein de colère à l'intérieur de vous, et que la voix des enfants qui murmurent avec leurs mots à eux est très réconfortante.

Il est donc important de pouvoir en premier lieu identifier vos sens, les plus utilisés naturellement et ensuite prendre le temps de vous en servir plus profondément et d'en explorer d'autres que vous aviez un peu laissés de côté. Et c'est ainsi qu'on commence à se relier avec tout ce qui nous procure à nous aussi de belles vibrations.

Je vous donne un exemple concernant la vue. Je demande souvent aux personnes que j'accompagne si elles savent visualiser un objet surtout pendant la méditation. Elles me disent que c'est compliqué et qu'elles ne prennent jamais le temps de regarder quelque chose avec insistance. Alors si c'est possible pour elles, je leur demande de prendre le temps d'aller dans la nature et de contempler leur environnement. Au début, c'est un peu complexe me disent-elles. Mais au bout d'un moment, elles prennent conscience que des détails, il y en a plein qu'elles n'avaient jamais vus avant.

Je leur demande alors d'aller encore plus loin si elles s'en sentent capables : être dans l'émerveillement. C'est à dire se connecter à ce qu'elles voient jusqu'à ce qu'elles ressentent en elles un épanouissement. C'est un travail qui demande du temps pour que cela devienne plus naturel mais au bout d'une semaine ou deux, à raison d'une fois par jour, elles commencent à ressentir plein de vibrations quand elles se connectent par leur regard à un arbre, un insecte, une plante. Et c'est ainsi qu'elles peuvent rentrer en connexion avec ce qu'elles sont en train d'observer de manière très vibrante.

A chaque sens, il y a donc une capacité particulière à mettre en avant.

Pour le toucher, cela peut-être toute forme de fluide, d'énergie qui passe par les mains.

Pour la vue, c'est la clairvoyance.

Pour l'ouïe, c'est la clairsaudience.

Pour l'odorat, c'est la transmission d'informations comme la télépathie, le ressenti

et pour le goût, c'est la capacité à recevoir des informations sur les mémoires.

Ceci n'engage que moi et les informations que je reçois de mes guides ne viendront peut-être pas résonner pour vous de la même manière. Alors faites vos propres expériences et si le cœur vous en dit, parlez moi de ce que vous avez découvert au cours de votre cheminement.

En développant tel ou tel sens, vous allez très certainement en développer d'autres et surtout vous connecter à différentes vibrations. Il sera intéressant pour vous de pouvoir noter par vous même les profonds changements qui vont s'opérer dans votre manière de vous connecter avec le monde environnant.

Quand on devient plus vibrant, tout prend une dimension différente. On commence à distinguer d'autres manières de pouvoir entrer en communication avec le monde qui nous entoure. Nous ne voyons plus avec les yeux mais par le ressenti ou avec les mains. On n'entend plus avec les oreilles mais on perçoit et traduit le langage lumière. C'est un mode de fonctionnement nouveau sûrement qui va vous permettre de pouvoir identifier en vous et autour de vous ce qui peut bloquer ou au contraire ce qui peut faire du bien.

Un moment clé qui va vous permettre de pouvoir tester plusieurs de vos sens quasi en même temps est la cuisine. Quand vous préparez un repas avec des produits naturels, vous allez pouvoir toucher, voir, sentir, goûter et entendre les jolis bruits de la cuisson sur le feu. Il en va de même au moment de la dégustation. Si vous prenez votre repas en conscience, vous allez pouvoir développer et travailler différents sens presque simultanément.

C'est important de pouvoir associer des moments simples de votre vie à votre cheminement car plus cela se fera de manière naturelle et plus vous serez certain que vous l'assimilerez aisément.

Le jeu est également un bon moyen de pouvoir mettre ses sens en éveil. Prenez donc le temps d'inviter d'autres personnes et notamment vos enfants à développer les leurs et ensemble vous constaterez que non seulement vous ne ressentez pas les mêmes choses et que certains ont des sens plus développés que d'autres.

Nous prenons souvent trop peu de temps pour nous appliquer à mettre en place ce qui pourtant va nous permettre de pouvoir faire toujours plus de notre mieux dans ce que nous souhaitons réaliser dans notre vie. Alors, si c'est le cas pour vous, acceptez une bonne fois que Paris ne s'est pas fait en un jour et que votre apprentissage prendra le temps qui lui sera nécessaire afin de vous mener à éveiller vos sens de manière très progressive peut-être mais pour que cela vous soit utile sur du long terme dans votre quotidien.

De vous à moi : Quand j'étais dans ma période d'apprentissage, les guides m'ont demandé de me rendre chaque jour au supermarché près de chez moi ou chez le marchand de légumes et de faire mes choix en conscience en devinant ce dont mon corps avait réellement besoin.

Au début, je regardais tous ces fruits et légumes et rien ne me disait vraiment. Mon mental disait « prend ci », alors que je n'avais pas vraiment besoin de cela. J'utilisais le pendule le plus souvent possible pour connaître la solution, de retour à la maison. Mais un jour, il faut bien s'y mettre pour de bon. Alors j'ai fait cet exercice chaque jour. Parfois je voyais « juste » et parfois j'étais encore trop dans la mentalisation. Et puis petit à petit, je me suis mise à faire toutes mes courses en conscience. Je prenais ce qui me parlait, ce qui me faisait vibrer sans plus me poser de question. Le toucher m'a bien aidé au début. Quand j'avais un produit dans la main, je ressentais si cela me faisait du bien ou non : chaleur, picotement. Mais je me suis dit qu'il me fallait une méthode plus tranquille car je ne pouvais pas toucher tous les produits du magasin. Alors j'ai demandé à ce que les produits qui me conviennent soient mis devant mes yeux comme en 3D au lieu d'être en façade. Je les voyais comme s'avancer vers moi et je savais que c'était ceux-là qu'il me fallait. J'ai également testé une autre méthode surtout pour le chocolat. Je me suis rendue compte que lorsque la tablette était bonne pour moi, je me mettais à saliver rien qu'en la regardant. Voilà des petites astuces que vous aussi vous pourrez peut être tester ou en trouver d'autres bien plus appropriées à votre expérience personnelle.

Je vous laisse donc tester vos sens en toute conscience et vous rappelle qu'il est important de ne pas chercher à se comparer mais juste faire ce pour quoi nous sommes faits en restant nous-même au plus près de notre nature véritable.

Une fois que vous aurez senti qu'un de vos sens peut vous permettre de rentrer plus facilement en connexion avec le monde qui vous entoure. Travaillez-le de manière à ce qu'il puisse vous aider à pouvoir donner et recevoir cette énergie universelle dont nous sommes tous porteur.

Si par exemple, vous avez constaté qu'en regardant une fleur avec insistance, vous commencez à voir bien plus que la fleur : un champ énergétique tout autour, vous pouvez demander à la fleur de vous communiquer son énergie et si elle est mal en point, demandez-lui si vous pouvez lui transmettre la vôtre.

ETAPE N° 3 : LES BLOCAGES

C'est parfois étouffant de se sentir bloqué dans nos croyances. On aimerait croire que tout est parfait et dans la seconde qui suit on réalise combien c'était une croyance de plus. Quand on souhaite développer un don que l'on porte en soi, il faut être dénué de tout intérêt, n'avoir aucune attente et donc ne subir aucune pression qui vienne de soi ou de l'extérieur. Il est bon de pouvoir agir en toute conscience et ressentir au plus profond de soi-même que ce que nous mettons en place dans notre vie, nous le faisons en toute bienveillance.

Alors si dans votre enfance, vous avez entendu parler de dons dans la famille et que cela est resté du domaine du secret ou qu'on vous a dit que cela a peut être à un moment donné dégénéré, que des soins se sont mal passés, que des personnes ont été « envoutées », qu'on les a insultées ou dénoncées comme étant des personnes à ne pas fréquenter - et il y a toute sorte de croyances - alors cela a fini par s'intégrer en vous comme n'étant pas réellement fait pour vous.

On garde souvent de vieilles mémoires collectives mais aussi familiales ou individuelles. Il est donc important quand on souhaite développer ses dons ne plus faire cas de ce que vous avez enregistré dans vos cellules. Il faut pouvoir faire « reset » de ce qu'on vous a dit, de ce que vous avez entendu, de ce que vous avez cru, de ce qui a été vrai et qui ne l'est plus. Il y a toujours un nouveau monde qui se profile pour celui qui souhaite prendre une nouvelle direction, mettre en place de nouvelles habitudes et parfois ce sont ces blocages dus au mémoires qui vont nous en empêcher .

Si votre croyance se situe au niveau de ce que l'on vous a dit, de ce que vous avez entendu dire, demandez à votre mental de ne garder en mémoire que ce qui est bon pour vous à l'instant présent. Posez-vous la question : « cette croyance me concerne t-elle ? ».

Si non poursuivez votre chemin en toute sérénité, si oui cherchez à creuser un peu plus pour savoir comment vous pourriez aborder cette croyance différemment .

Exemple : J'ai entendu dire que parfois les gens qui avaient des dons pouvaient parfois en souffrir. Oui cela peut être vrai mais c'est très souvent parce qu'ils n'utilisent pas à bon escient leur énergie. C'est donc une croyance qui est basée sur des faits véritables mais qui ne vous concernera pas obligatoirement si vous savez prendre vos précautions.

Si votre croyance se situe au niveau de votre expérience personnelle, que vous manquez d'estime de vous, que vous ne vous en sentez pas capable, que vous avez un jour fait une expérience et que cela s'est mal passé, etc...demandez-vous si aujourd'hui vous êtes toujours la même personne que celle que vous pensez toujours être ? N'y a-t-il rien qui a changé dans votre vie ? N'avez-vous pas réussi à mettre des choses bénéfiques en place pour votre évolution, par vous-même ou en vous faisant accompagner ? N'avez-vous pas remarqué que l'envie et le désir d'être, de faire ou d'avoir sont parfois de mauvais maîtres dans notre vie ?

Un don fait partie de nous. Il n'attend qu'une seule chose l'ouverture de notre cœur et de la pratique. Alors si comme nous l'avons vu dans la première étape, vous êtes désormais connecté à votre cœur, il n'y a aucune raison pour qu'aujourd'hui il ne puisse pas émerger de vous de façon naturelle au fur et à mesure que vous allez le travailler.

Il y a cependant parfois des blocages profonds. Des sortes de sortilège qui vous empêchent aujourd'hui de pouvoir les manifester. Ne voyez là en rien une sorte de malédiction mais plutôt un déblocage à faire au niveau karmique. On nous met très souvent les bonnes personnes sur notre route, alors si vous avez réellement besoin que quelque chose soit fait pour vous permettre de laisser à nouveau l'énergie circuler, on vous mettra sur votre chemin, une personne qui y sera habilitée.

Ne cherchez pas à devancer les étapes. Faites tout d'abord avec conscience, patience et régularité l'étape numéro 1 et la numéro 2.

Ce qu'il est important pour vous de vous rappeler, à chaque fois que vous désirez mettre quelque chose de nouveau en place dans votre vie, c'est de ne plus avoir en vous et à l'extérieur de vous des références à un passé qui pourrait encore vous ramener dans votre présent de vieilles mémoires non nettoyées.

C'est important également de savoir prendre les bonnes décisions et de ne pas laisser aux autres plus de responsabilités qu'ils en ont dans vos croyances passées. Il est vrai que vous avez très certainement souvent pris appui sur ce qu'on vous avez transmis ou que vous avez demandé à ceux qui vous étaient proches leur manière de fonctionner et que vous vous en êtes un peu trop imprégnée. Mais aujourd'hui qu'en est-il dans votre vie ? Avez-vous suivi le chemin qu'on vous a conseillé ou alors vous avez fini par vous rendre compte que chacun a sa propre destinée ?

Vous voyez que les blocages dus à nos croyances multiples peuvent être un frein à notre évolution. Il est donc important de savoir faire la différence entre ce qui nous appartient de vivre et ce qui est de l'ordre de la vie de ceux qui nous ont côtoyé de près ou de loin. Parfois une constellation familiale peut venir nous apporter de nombreuses réponses quant à des mystères de notre héritage familial non élucidés.

Une fois que vous aurez pu lever le voile sur ce qui vous a bloqué pour mettre en action le développement de vos dons, vous remarquerez que des situations vont venir vous satisfaire dans le sens où elles répondront exactement à ce que vous souhaitez pouvoir expérimenter.

Mettez-vous régulièrement en position de celle ou de celui qui souhaite aider les autres, lui permettre de pouvoir aller mieux tout en pouvant rester maître de son développement personnel, qu'est-ce qui vous vient à l'esprit immédiatement ? Est-ce que cela vous semble aisé de pouvoir mettre en place un acte de bienveillance vis à vis de cette personne ou vous ne savez pas vraiment comment vous y prendre pour pouvoir l'aider au mieux ?

On est parfois bloqué dans notre intention de faire du bien à autrui juste parce que nous manquons de confiance en nous. Cela peut donc se travailler de différentes manières. Il suffit pour cela de vous munir de votre estime de vous. Comment vous percevez-vous ? Quelles sont vos valeurs profondes ? Connaissez-vous votre mission de vie ? Aimerez-vous pouvoir donner sans être contraint de vous démunir vous-même de quelque chose ? Etes-vous en adéquation avec l'adage « connais-toi toi-même » (sous-entendu avant de vouloir faire du bien aux autres) ?

Plus vous allez pouvoir être en pleine conscience de vos capacités et les expérimenter le plus régulièrement possible et plus vous allez vous rendre compte que finalement, vous avez bien plus de ressources en vous que vous ne l'imaginez. Et c'est ce qui va vous permettre de pouvoir au fil de vos actions, vous donner l'assurance que ce que vous pouvez apporter aux autres est de toute importance pour leur évolution.

Si vous vous rendez compte qu'une pensée négative vous bloque dans votre avancée. Chassez-la de votre esprit en vous recentrant sur votre cœur et surtout en vous alignant avec votre réalité (ancrage). Si les personnes viennent à vous c'est que vibratoirement, elles ont ressenti en elles une résonance qui les a conduites jusqu'à votre don. Ne vous posez donc pas trop de questions inutiles et donnez-leur ce que vous seul êtes en capacité de pouvoir mettre à leur disposition à cet instant T. Si la personne vous pose beaucoup de questions quant à la possibilité d'un résultat rapide expliquez bien que tout cela dépend de son éveil de conscience et surtout de sa capacité à accueillir ce qu'on lui transmet. Si la personne a un mental très puissant, il est possible que cela crée un blocage supplémentaire en plus de vous bloquer vous aussi face à autant de réserve ou de virulence. Laissez venir à vous ce qui est à votre portée à cet instant précis du rendez-vous, de la rencontre et ne cherchez pas à vous dévier de votre chemin qui est de vouloir transmettre les énergies dont vous êtes porteurs. En remettant toujours plus de calme en vous et en ceux que vous accompagnez, vous serez plus en mesure de pouvoir déclencher de belles progressions dans leur mieux-être.

Ce sera à chaque nouvelle personne une nouvelle expérience qui viendra étayer vos possibilités et vous donner toujours plus de confiance dans ce que vous souhaitez donner et recevoir en tant que thérapeute ou simple accompagnant.

Ce n'est pas parce que vous prendrez plus de clients que vous pourrez être certain que votre don est vraiment salvateur : c'est plus au niveau vibratoire que tout se joue dans votre univers. Si cela vient résonner en vous que vous pouvez accueillir des personnes chaque jour, vous serez à même de pouvoir le faire à bon escient. Par contre si au contraire, vous ne souhaitez les recevoir que par quinzaine ou quelques jours par semaine, alors restez en accord avec ce qui vous convient parfaitement et osez refuser si des clients se montrent très insistants. Repoussez le rendez-vous ou demandez-leur de consulter un confrère. Dans ce domaine, la qualité prime toujours sur la quantité.

Ce sera très certainement pour vous un pas de plus, très important dans votre évolution, dès lors où vous vous sentirez à l'aise dans ce que vous souhaitez donner aux autres. Si des blocages persistent malgré toutes vos bonnes intentions, vous pouvez demander à vous faire « nettoyer » par une personne qui en a les capacités. On entend bien que le don est existant mais qu'aujourd'hui vous ne parvenez pas ou plus à l'utiliser de la meilleure façon qui soit sans être épuisé, fatigué, énervé, etc...

C'est à la mesure de votre patience et de votre expérience que les dons vont pouvoir se mettre en place de manière régulière et performante. Pas besoin de les mettre en avant dans toutes vos discussions, rester humble est une des clés de la bienveillance, par contre proposez-les dès que vous sentez qu'une personne pourrait avoir besoin de vos capacités.

C'est ainsi que vous pourrez surmonter les blocages qui peuvent encore exister en vous et en ceux qui n'ont pas toujours fait l'expérience des médecines douces, des thérapies naturelles, des dons divers.

ETAPE N°4 : QU'EST-CE QUI VOUS ANIME DE L'INTÉRIEUR ?

On est parfois amené à se poser de drôles de questions surtout quand on se rend compte que ce que nous essayons de mettre en place dans notre vie ne vient pas obligatoirement nous satisfaire et nous permettre de faire du bien aux personnes qui nous entourent.

« Qu'ai-je fait qui a pu me contrarier dans le sens de mon évolution ? Et surtout que puis-je faire aujourd'hui pour qu'enfin je puisse me réaligner à ma nature profonde qui est de pouvoir transmettre ce que l'on m'a offert à ma naissance ? »

Dans la plupart des cas de personnes qui possèdent un don, elles vous diront qu'elles ont toujours fait avec ou alors qu'elles en ont été conscientes à un certain moment de leur existence. Mais dans tous les cas, elles partageront avec vous leur motivation profonde à donner et recevoir et surtout sauront vous tenir en haleine pendant des heures concernant toutes les expériences de mieux-être voire de guérison qu'elles ont pu apporter à certaines personnes.

Ça fait du bien de voir et d'entendre parler des personnes motivées par ce qui les anime de l'intérieur, on a la sensation d'être un peu comme connecté à elles, de vivre nous-même ce qu'elles expriment quand elles parlent de ce qui les « habite » et surtout on ressent tellement de vibrations à l'écoute de ce qu'elles osent partager avec nous.

Tout le monde ne souhaite pas mettre au grand jour ses nombreuses expériences de vie dans le don. Certaines personnes en font des livres, d'autres les racontent lors de conférences ou créent des ateliers pour partager leurs savoirs et d'autres au contraire ne vous en parleront qu'à demi mots. Mais dans tous les cas de figure, toutes ces personnes ne désirent qu'une chose : vous transmettre ce qui les fait profondément vibrer.

Tout se passe au niveau de ces vibrations particulières que nous recevons tous quand nous avons des dons et que nous pouvons les transmettre dès lors que nous sommes prêts.

Il est donc essentiel quand on souhaite apprendre à développer les dons que nous avons, c'est de connaître véritablement ce qui nous anime de l'intérieur, ce qui nous motive chaque matin à nous lever, à faire de notre journée un rayon de soleil et surtout à vouloir aider.

Ce n'est jamais un sacerdoce quand nous possédons des facultés extra-sensorielles, c'est un art de vivre, une manière de se comporter vis à vis des autres et de soi-même qui fait que nous sommes comme poussé de l'intérieur à faire du bien en toute circonstance.

Si vous pensez que cela est dû à tout le monde d'avoir des dons et surtout de s'en servir régulièrement voire quotidiennement, je vous dirai bien que oui car je pense que nous sommes tous des êtres en éveil avec un potentiel exponentiel.

Mais ce qui est important de souligner ici c'est que les dons viennent du cœur et que c'est par le cœur que tout peut se développer de la meilleure manière qui soit.

Il vous faut donc aujourd'hui ressentir au plus profond de vous ce qui vous fait réellement vibrer pour ainsi savoir que le jour où vous serez à même de pouvoir pratiquer de manière régulière, il n'y aura aucun danger car cette motivation que nous possédons à l'intérieur si elle a des racines qui viennent du cœur, ne cessera de vivre et de grandir en vous.

Je vous propose de répondre en conscience à toutes ces questions :

Dans quelle sphère de votre vie avez-vous le plus de facilités à donner ?

Conjoint, famille, vie associative ou sociale, travail, amis, vous ?

Selon vous, quel est le temps que vous accordez à faire plaisir aux autres ?

Comment pensez-vous pouvoir donner sans pour autant vous affaiblir et vous carencer ?

Êtes-vous en capacité aujourd'hui de pouvoir donner le meilleur en toute circonstance ?

Avez-vous un leitmotiv, une phrase clé qui ne vous quitte pas ?

Seriez-vous prêt à donner encore plus que ce que vous ne faites pour le moment ?

Auriez-vous la même motivation pour transmettre votre énergie si on vous disait que cela n'est pas intéressant ?

Avez-vous déjà pu ressentir de vives émotions à l'approche d'une personne qui vous a chaleureusement remercié pour ce que vous lui avez apporté ?

Sentez-vous si ce que vous faites peut vous procurer à vous et autour de vous beaucoup de bien-être ?

Etes-vous certain aujourd'hui d'avoir envie de développer toujours plus vos dons même si on vous répète que cela peut être long avant de pouvoir avoir un effet sur les autres ?

Seriez-vous prêt à donner sans rien en retour, ni même de rémunération, de contributions diverses ?

Pensez-vous que la personne qui a des dons doit être obligatoirement au service des autres ?

Imaginez-vous en train de pouvoir faire du bien à quelqu'un : qu'aimeriez vous qu'il vous dise pour vous remercier ?

A chaque réponse que vous allez faire, vous allez pouvoir vous rendre compte de qui vous anime réellement de l'intérieur. Ne refusez aucune de vos réponses, sous prétexte que cela ne serait pas bien de penser ainsi. On chemine tous au cours de notre vie et si à un instant T, c'est ainsi que vous percevez certaines choses, il ne faut pas le refouler mais au contraire accepter que non seulement c'est peut-être juste encore une croyance à dépasser ou alors que cela ne demande qu'à être éclairci. Si finalement vous prenez conscience que vous ne seriez vraiment pas en capacité de pouvoir juste « donner pour donner » alors là oui il faut peut-être revoir vos objectifs et ne garder vos dons que pour un usage très occasionnel.

Une fois que vous aurez pu en savoir toujours un peu plus sur vous, vous allez faire si vous le souhaitez cette expérience un peu particulière qui est de vous donner le meilleur, juste à vous. Vous allez faire quelque chose qui vous fait totalement vibrer et ensuite au cours de cette expérience, vous allez noter tout ce que vous ressentez, comment vous êtes, ce qui vous anime de l'intérieur : sensation de bien être, de soulagement, d'apaisement, de paix, cœur qui bat la chamade, qui ralentit, qui se libère, légèreté, naturel...

Et vous pouvez le faire régulièrement car plus le corps s'habitue à ressentir des choses positives pour lui-même et à vibrer et plus il en redemande et recherchera à ce que ces expériences se reproduisent conduisant votre esprit à faire des choix dans ce sens.

C'est important de vibrer et de comprendre comment cela fonctionne en nous et autour de nous. Plus vous allez vibrer de l'intérieur et plus cela aura de conséquences sur le monde qui vous entoure. Et c'est ainsi que vous pourrez faire le bien, transmettre votre énergie et décider avec la personne qui sera en votre compagnie de pouvoir prendre un nouveau chemin toujours plus positif.

Si vous pensez que seul le don compte, vous oubliez une énorme partie de vous qui est celle de votre part d'humain. Nous sommes des êtres vibratoires qui pour avancer sereinement avons besoin comme beaucoup d'autres espèces de vibrer en résonance.

Un bébé pris dans les bras dans les premières semaines de sa vie aura une courbe d'évolution satisfaisante. Alors qu'un enfant qui n'aura reçu aucune vibration, aucune stimulation n'évoluera pas correctement.

Acceptez donc de vibrer en tout temps et animez-vous le plus possible pour ce qui vous correspond totalement. Et pour cela c'est encore une fois l'expérimentation dans différents domaines qui va pouvoir vous donner toujours plus d'informations sur ce qui fait partie de vous, votre appartenance terrestre à ce monde(énergie tellurique) reliée à l'énergie céleste au travers de votre don.

Écoutez-vous le plus souvent possible et quand un doute s'impose à vous, demandez à votre cœur de rayonner toujours plus. L'univers vous enverra la réponse sous forme de synchronicité, de message ou alors une autre solution s'invitera à vous afin de pouvoir vous amener toujours au plus près de ce qui est réellement important pour vous de mettre en congruence à l'intérieur de vous.

S'aligner à ce qui nous fait vibrer ne peut que nous donner l'assurance d'être sur le bon chemin, celui de notre mission de vie.

Maintenant que vous savez ressentir en vous une vibration, avez-vous déjà remarqué que nous sommes naturellement attiré par certains domaines et non par d'autres.

Quels sont donc les dons qui vous parlent, ceux que vous pensez être en capacité de développer ? Quand vous êtes en présence de certaines personnes, qu'est-ce qui naturellement vient à vous ? Le toucher, la voyance, le ressenti, des messages ?

ETAPE N°5 : EXERCICES POUR FACILITER L'EXPRESSION DE VOTRE DON

Quand vous aurez pris assez de temps pour ressentir au plus profond de vous, tout ce qui vous fait vibrer dans votre vie présente, nous allons pouvoir passer aux exercices pratiques. Pour cela je vais vous demander de vous munir d'un crayon et d'un bloc de papier, d'un miroir et également d'un morceau de tissu de type écharpe mais assez foncé. Il serait bon également que vous puissiez avoir sous la main une photo ou deux de vous quand vous étiez plus jeune et aussi des images de magazines quelconque, quelques fleurs dans un pot ou une plante et des ustensiles de cuisine dont vous vous servez régulièrement.

Vous prendrez ensuite une très longue respiration(inspir-expir) voire plusieurs en guise de préparation avant de commencer chaque exercice et surtout vous veillerez à être dans le silence complet.

Vous allez pouvoir mettre toujours plus d'énergie à l'intérieur de vous si vous êtes en mode zen. A vous donc de choisir un endroit et un espace temps qui vous conviennent vraiment. Je vous rappelle que pour apprendre à développer vos dons, il faut tout d'abord avoir fait chaque étape précédente en conscience et avoir obtenu un minimum de résultat positif, ce qui vous amène à savoir aujourd'hui le sens que vous maîtrisez le mieux et surtout les vibrations que vous ressentez pour tel ou tel domaine.

Si par exemple, quand vous êtes en présence d'un magnétiseur, cela commence à vous picoter dans les mains ou que cela se met à chauffer au centre de vos paumes, c'est que vous avez très certainement du magnétisme de votre côté à développer.

Il en va de même pour tous les autres dons qui peuvent être des dons de clairvoyance, de clairaudience, de télépathie, de ressenti, de fortes intuitions, de soins, de guérison par la pensée, par la parole, etc....tout ce qui de manière naturelle peut aider une autre personne à poursuivre au mieux son chemin d'évolution en lui apportant un mieux être dans ce qu'elle vit au quotidien, voire une guérison.

Si vous en avez la possibilité, prenez quelques heures par semaine pour vous entraîner. C'est important de pouvoir être dans la régularité et de pouvoir vous octroyer le droit de vous y mettre sans aucune pression de votre entourage, qui aurait à un moment précis besoin de vous.

Ce sont des exercices simples mais qui demandent de rester en pleine conscience et surtout de ne pas vous laisser guider par votre mental. Si besoin, faites avant de commencer, une méditation guidée afin de vous rendre le plus disponible qui soit intérieurement.

Quand vous aurez fini un exercice et si cela n'est pas très convaincant, ne restez pas sur l'idée d'un échec ou d'une défaite, c'est un premier pas qui sera suivi par d'autres.

A chaque nouvelle séance de travail, reprenez bien l'exercice au commencement. L'avancée se fera de manière régulière et surtout dans la progression.

Le premier exercice consiste à vous mettre en mode intuitif. C'est à dire que vous allez apprendre à ressentir au plus profond de votre être ce qui à l'extérieur de vous vient faire résonance dans sa composition vibratoire avec vous.

Vous allez vous mettre près de votre pot de fleurs ou d'une plante ou d'un arbre si vous êtes à l'extérieur de chez vous dans la nature et vous allez essayer de rentrer en connexion. Vous pouvez fermer les yeux ou au contraire essayer de distinguer ce qui va se dégager entre vous et ce végétal.

Parfois, on sent comme une attirance, on a envie de le toucher voire même on se sent comme appelé par cette plante ou fleur ou arbre. Si une pensée vous vient ou que vous pensez que vous êtes en train d'inventer un ressenti, recentrez-vous sur le cœur et refaites le vide en vous. Vous pouvez vous aider de vos mains, de votre regard, de vos oreilles, de votre nez, que ressentez-vous, que percevez-vous ? Il peut se dégager une forme, une odeur, une énergie subtile que vous voyez avec une certaine couleur. Vous pouvez juste vous sentir bien, en plénitude comme régénéré, vous pouvez comprendre son histoire, ce qu'elle a vécu...Il y a toute sorte de sensations, de ressentis, de messages, le principal est de pouvoir vous connecter.

Si cela ne vient pas, n'insistez pas outre mesure. Vous réessayeriez plus tard. Vibratoirement, le végétal a une fréquence tout comme vous et si vous êtes assez réceptif, vous devriez pouvoir la ressentir.

Vous allez essayer de tester votre regard intérieur. Pour cela vous allez vous mettre l'écharpe ou le morceau de tissu foncé autour de vos yeux et veiller à ce qu'il fasse bien noir pour vous. Vous allez demander à quelqu'un de vous présenter des objets, n'importe quel objet et vous allez essayer de savoir de quoi il s'agit. Vous ne pouvez pas le toucher, juste ressentir ce que cela peut être. Cela sera très certainement compliqué pour vous car vous n'aurez aucun renseignement mais c'est la seule manière de pouvoir entrer en contact avec un objet sinon votre mental va vouloir vous donner des informations en fonction du toucher ou du regard.

Quand on se prive momentanément d'un de ses sens très souvent, il y en a d'autres qui prennent le relais. Alors essayez de faire cet exercice en toute sérénité. Demandez à la personne de le bouger car cela peut aider à transmettre certaines ondes.

Continuons sur le regard intérieur : vous allez regarder un objet que vous connaissez bien et vous allez tenter de savoir par le toucher qui a pu l'utiliser en dernier (vous devez être certain de la réponse avant de commencer). Et vous pouvez aller plus loin : qui l'a fabriqué ? Vous pouvez fermer les yeux pour un meilleur ressenti. Comme pour les autres exercices, laissez venir à vous ce qui vient et au fur et à mesure essayez d'affiner ce que vous ressentez.

Ces exercices peuvent vous paraître difficile à expérimenter mais si le don est là il ne devrait pas être trop difficile pour vous de pouvoir vous approcher de la bonne réponse. Nous ne sommes pas là pour vous créer un don mais pour le réveiller.

Nous allons maintenant utiliser votre subconscient. Prenez dans vos mains les deux photos de vous quand vous étiez plus jeune. Et vous allez essayer de restituer la scène, puis tout ce qui s'est passé avant et après. Veillez toujours à ce que l'on puisse vous conforter ou non dans vos paroles. Qui a pris cette photo, dans quel état d'esprit étiez-vous, avez-vous une image ou un sentiment qui apparaît ? Cela peut être une odeur aussi. Pourriez-vous dire si la personne qui a pris la photo était heureuse, si elle était contente d'être là ? Si il y a d'autres personnes sur la photo, pouvez-vous ressentir dans quel état d'esprit elles étaient ? Si on vous a dit des choses sur cette photo, pensez-vous que cela soit la vérité ? Est-ce que c'est bien ce que vous ressentez ?

Vous pouvez également vous entraîner avec des photos de magazines. Que pouvez-vous ressentir sur ce que vous voyez ? Y a-t-il des images qui vous viennent à l'esprit, des sons et même peut-être des mots ? Est-ce que des vibrations viennent en touchant ou plus en regardant ? Pouvez-vous matérialiser ce que vous ne voyez pas sur l'image, ce qu'il y a juste à côté ?

C'est un gros travail de visualisation qui peut vous donner l'impression de ne plus pouvoir faire la différence entre ce qui est et ce que vous pensez qui soit. N'oubliez pas de faire le vide à chaque fois et d'être en bonne disposition pour faire cela.

Vous allez désormais prendre votre miroir et vous allez vous regarder dedans au niveau du 3ème œil, regardez vous fixement puis continuer pendant un moment. Que voyez-vous au delà de vous ? Parvenez-vous à voir autre chose ? Vous pouvez également fixer un point particulier de votre visage. Que percevez-vous et même voyez-vous d'autres images ? Un autre visage ? Un personnage ? Percevez-vous autour de vous des ondes vibratoires ? Une couleur particulière ? Parvenez-vous à voir au delà des apparences ? Dans votre regard, percevez-vous une énergie particulière ?

Au fur et à mesure de vos expériences, vous allez ressentir des choses différentes, notez-les à chaque séance pour mesurer la progression.

Maintenant, vous allez prendre votre carnet et un stylo puis vous allez mettre dans votre esprit une image, vous allez bien vous concentrer dessus et vous allez dessiner ce que vous voyez. Puis en dessous vous allez dessiner, ce que vous percevez et encore en dessous vous allez dessiner ce que vous pensez qu'il faudrait apporter comme détails pour que tout soit parfait.

Ensuite vous allez refaire cet exercice en posant devant vous un verre d'eau puis vous allez penser très fort à une personne et vous allez écrire tout ce qui vous vient sur elle. Cela peut-être des qualités, des souvenirs que vous avez avec elle. Puis vous allez laisser l'écriture défiler toute seule. Les mots vont s'enchaîner et peut-être qu'à un moment, vous aurez envie de lui écrire des choses personnelles ou la mettre en garde contre certaines situations, un dialogue peut s'instaurer. Vous allez la décrire dans ce qu'elle est et dans ce qu'elle pourrait être ... Vous vous laissez guider par son énergie à elle.

A chaque fois que vous vous mettez en connexion avec une autre énergie que la vôtre vous pouvez ressentir une certaine fatigue, un arrachement à votre corps, comme une partie de vous même qui part ailleurs. Il faut donc faire ces exercices régulièrement mais à petite dose et surtout en étant toujours certain que vous êtes en bonne forme physique. Si vous sentez que cela devient trop fatigant, reportez votre séance à un autre jour, rien ne presse. Si le don est là, il n'attend que votre reprise de vitalité pour apparaître et ainsi mieux pouvoir vous servir.

C'est en se trompant parfois qu'on réalise qu'on a encore des progrès à faire et que notre confiance en soi est peut être un peu altérée. Ne soyez pas trop exigeant avec vous-même, vous devez laisser les choses se faire et ne pas chercher à tout maîtriser. C'est en lâchant prise sur les résultats que vous pourriez obtenir que vous serez à même de voir vos progrès s'annoncer.

ETAPE N°6 : L'INTUITION

On aimerait tous pouvoir être connecté à notre petite voix intérieure, celle qui nous dirait le chemin à prendre et surtout celle qui nous guiderait pour faire les bons choix. On sait bien que c'est dans le calme intérieur que le mental peut se taire et que donc, il nous est plus simple de pouvoir laisser s'exprimer notre intuition, notre 6ème sens. Mais si nous ne savons déjà pas mettre en éveil tous les sens que nous possédons, il va être bien complexe de pouvoir mettre en éveil également celui auquel chacun d'entre nous aimerait bien pouvoir se connecter.

Il est donc très important de non seulement avoir bien expérimenté dans l'étape numéro 2 vos 5 sens, les avoir mis en pratique le plus possible et surtout poursuivre cette manière de fonctionner à chaque fois que vous souhaitez être en pleine conscience et vous connecter à votre intuition.

Nous ne sommes pas toujours dans l'obligation de faire des choix, nous évoluons parfois en mode habitude mais si on n'y prend pas garde parfois on risque de se retrouver à faire des actions non conscientes qui risquent de nous faire stagner, nous conduire à faire des erreurs de parcours et pas du tout nous permettre d'aller dans le sens de notre véritable nature.

Il est donc très important de pouvoir apprendre à développer son intuition au maximum.

Mais aujourd'hui, il faut que vous puissiez pouvoir vous y connecter, ne serait-ce qu'au niveau de la pensée. C'est à dire ressentir si ce que vous pensez peut être bon ou non pour vous. Alors, même si à ce jour, elle ne peut pas vous permettre de savoir ce que vous devez mettre en place dans votre vie de tous les jours, elle peut au moins vous guider dans vos pensées.

Quand vous pensez à quelque chose de particulier, est-ce que cela est « juste » pour vous ou alors c'est votre mental qui vous dicte ce que vous devez faire ?

Prenons un exemple, vous décidez de vous mettre à pratiquer le yoga car vous pensez que cela peut être bon pour vous. Est-ce une intuition : c'est à dire que votre âme vous dit que cela pourrait être bénéfique pour votre évolution ou alors est-ce que c'est votre mental qui dit que vous devez vous y mettre car dans le développement personnel, on parle de cela à toutes les pages de chaque livre qu'on trouve au rayon des libraires ? Alors comment savoir faire la différence ?

Vous allez vous mettre en mode intuitif. C'est à dire que vous allez faire taire votre mental : vous allez faire le vide en vous et autour de vous et vous allez inspirer et expirer plusieurs fois.

Cette pensée que vous avez concernant le yoga apparaît comment à l'intérieur de vous comme une certitude ou comme un doute ? Est-ce que vous pourriez mettre une couleur et une intensité sur votre pensée ? Maintenant, vous allez ressentir dans votre corps ce que cette pensée peut créer ? Un bien-être, un soulagement ou plutôt une peur, une angoisse, un pincement ? Maintenant, vous allez laisser votre pensée exister et vous quitter, vous cessez de la nourrir, que ressentez-vous : un manque, un vide ou une joie, un plaisir ? Commencez-vous à ressentir au mieux ce qui est bon pour vous ?

Quand on sent que cela peut être positif pour notre évolution, il y a comme une sorte de connexion qui se fait avec notre âme par l'intermédiaire de notre petite voix intérieure, notre intuition, notre 6ème sens. Par contre, si cela est de l'ordre de notre mental, on ressent parfois une pression, une impatience voire un blocage qui s'installe.

Quand on est connecté à notre intuition, ce sont tous nos sens qui sont connectés également. Notre corps est vibrant et tout nous donne l'impression d'exister, d'être vivant. Par contre, quand c'est le mental qui prend le dessus, tout se passe au niveau du cerveau, on est un peu limité dans nos sens, c'est plutôt l'esprit qui veut agir : la pensée en elle-même ne lui suffit pas, il veut être dans l'action et obtenir satisfaction.

Quand on sait que c'est bénéfique pour nous, on laisse les choses venir à nous en temps et en heure mais quand on « croit » que ça l'est, on cherche à maîtriser l'évènement, à le conditionner dans un espace temps.

Au fur et à mesure que vous allez être à l'écoute de votre petite voix intérieure, vous allez vous rendre compte que cela est plus simple de se laisser guider par elle que par votre mental. La sensation que l'on ressent est de l'ordre du grand tout, on se sent en connexion totale avec le monde qui nous entoure. Par contre, quand le mental veut reprendre le dessus et décider, vous allez sentir des doutes vous envahir. Et cela va vous mettre en opposition entre ce que vous aimeriez faire et ce que vous pensez être bon pour vous.

L'intuition sait : elle est connectée à votre GPS intérieur et elle vous amène directement à ce qu'il est bon pour vous d'expérimenter.

Pas d'espace temps en jachère ou réduit, vous êtes au bon endroit au bon moment.

A chaque fois qu'une pensée importante pour votre évolution viendra traverser votre esprit, faites cet exercice intuitif qui est de ressentir dans votre corps la réponse.

Il y a des petits exercices complémentaires qui peuvent vous aider : posez votre pouce et votre index l'un sur l'autre pour former un cercle puis faites-en de même avec l'autre main puis faites un huit couché avec vos quatre doigts en rentrant un cercle dans l'autre. Maintenant posez-vous ce type de question : suis-je malade ? Suis-je en bonne santé ? Suis-je sur le bon chemin ? Et tentez à chaque fois de séparer vos deux cercles en les écartant. Si vos doigts lâchent c'est que la réponse est non. Si les doigts restent collés c'est que la réponse est oui.

Maintenant vous allez vous mettre bien droit assis ou debout et faire le vide en vous. Vous allez demander à votre corps une réponse. Si à l'énoncé de la question le corps penche en avant, la réponse est oui, si le corps part en arrière, c'est non.

On ne se trompe jamais quand on est connecté à notre intuition bien au contraire c'est comme si on devinait les réponses à nos questions, comme si le chemin nous était montré dans la bonne direction et surtout c'est comme si on prenait enfin de bonnes résolutions.

On aimerait bien pouvoir y être connecté en permanence : du moment où on en a vraiment besoin et surtout au moment où on ne sait plus trop où en est. Mais il est important quand on se sent parfois un peu trop connecté au mental de ne plus choisir entre la voie de la raison ou de celle du cœur. C'est celle de notre âme qui doit nous guider en priorité.

C'est parfois complexe de pouvoir faire la différence entre ce que nous sommes certain qui sera bon pour nous et ce que nous croyons être bon pour nous. Et c'est notre intuition qui peut nous amener à prendre la bonne décision quand de nous-même nous ne savons pas vers quoi nous diriger.

De vous à moi : Pour ma part, il m'est arrivé très souvent de douter alors je prenais mon pendule et je le laissais me guider. Mais à un moment donné, je comptais un peu trop sur lui alors les guides m'ont demandé de reprendre le cours de ma vie au travers de mon intuition. Il est important de ne pas tomber dans une certaine forme de dépendance. J'ai donc remis tous mes sens en éveil et j'ai ressenti au plus profond de moi ce qui était bon pour mon éveil. C'est comme si une petite voix intérieure me disait ce qu'il était mieux de faire. Mais comme j'avais toujours la crainte que cette voix soit celle du mental, je suis passée sur un autre mode vibratoire celui de l'intuition. On ressent que ce qui est bon pour nous peut se mettre sur notre chemin et on se détourne presque systématiquement de ce qui ne va pas du tout nous convenir .

Bien entendu, il vous faut, à chaque fois que vous souhaitez vous connecter à votre sixième sens, avoir remis votre corps en vibration, être centré sur le cœur, avoir fait le vide en vous et surtout être bien ancré. Et à ce moment là, vous allez être peut-être vous-même très étonné de ce que vous allez pouvoir collecter comme information au travers de votre ressenti que vous ne soupçonniez peut être pas du tout.

Vous savez parfois on dit « ah oui je le savais, je m'en doutais, je le pressentais ».

En fait à chaque fois que vous prononcez ces paroles c'est parce que votre intuition a cherché à vous guider. Parfois on l'écoute et parfois non. Tout dépend également de notre fréquence de vibration.

Si on est dans des émotions à vibration basse comme la honte, la culpabilité, la peine on aura plus de mal à entendre ce que notre âme cherche à nous transmettre comme information. Mais si on est dans des vibrations hautes comme la volonté, l'acceptation, l'amour, la réponse sera vite formulée.

Et plus vous serez en connexion avec l'instant présent et moins votre mental cherchera à vous influencer.

Au début c'est un peu compliqué de s'écouter, on aimerait être sûr du choix qui nous est conseillé. Mais plus on va être sans attente et dans une foi inébranlable que tout ce qui est mis sur notre chemin est bon pour notre évolution alors on se sent moins loyal vis à vis de nos vieilles croyances et on peut décider par soi même de laisser venir à nous ce qui est bon pour nous.

C'est en faisant le point régulièrement sur vos capacités extra-sensorielles que vous réaliserez à quel point vous avez acquis de nouvelles facilités.

Plus vous allez expérimenter votre voie du cœur et plus cela viendra résonner en vous et vous renverra la certitude que tout ce qui se met sur votre route va vous permettre de pouvoir évoluer en tout quiétude.

Vous allez me dire que parfois on sait que ce n'est pas ce que nous devons faire mais on le fait quand même . Pourquoi ? une mémoire à nettoyer ou le besoin de se lancer un défi, un mental bien trop puissant et surtout une peur de ne pas savoir si bien s'écouter et de passer à côté de quelque chose de plus puissant que ce l'on ressent au fond de nous ?

Or, c'est à ce moment là qu'on prend conscience qu'il y a toujours une petite trace de notre égo qui n'a pas voulu laisser notre cœur prendre la voie du juste et de l'équilibre. Il faut donc se rendre à l'évidence que très souvent cela occasionne des détours sur notre chemin de vie. Et si la leçon se fait comprendre alors la prochaine fois, on ira droit au but car on sait très bien que les détours et les chemins de traverse ne nous amènent jamais rien de bon.

Si vous avez des craintes de ne pas savoir reconnaître si vous êtes en mode intuitif ou si c'est votre mental qui prend le dessus, remettez vous en mode channeling : c'est à dire essayez de canaliser les énergies que vous ressentez au dedans. Si c'est plutôt avenant ou si c'est plutôt désagréable, si c'est plutôt froid dans votre corps ou plutôt chaud si c'est plutôt un sourire qui vous vient ou de la colère en présence d'une telle personne ...Ce sont des moyens plus fiables peut-être pour vous pour savoir ce qui est bon à l'instant T.

C'est toujours avec joie et amour que nous nous connectons à notre intuition. Si vous pensez que vous allez pouvoir savoir ce qui est bon pour vous alors que vous êtes dans le désespoir, c'est souvent là que vous allez prendre par erreur de perception le mauvais parcours. Et c'est vrai que c'est souvent à cet instant précis qu'on aimerait que quelque chose vienne nous dire « mais non tu ne dois pas faire ainsi ou oui vas-y, c'est bon pour toi ».

Alors si vous êtes médium, et que vous parvenez à vous mettre dans le canal d'information, vous aurez peut-être une réponse mais sinon, reprenez la voie de votre guérison interne. Remettez-vous en phase avec votre réalité, reconnaissez en vous et autour de vous toutes vos qualités et une fois que vous serez à nouveau connecté à des énergies plus douces et moins hostiles à votre évolution, vous serez plus en mesure de retrouver par vous-même le chemin de ce que vous guide votre âme au travers de votre intuition.

Si vous sentez que c'est une voie légère, fluide, qui vous met en paix, en joie, qui vous donne des ailes et qui vous relie au ciel et à la terre en vivant pleinement dans l'instant présent alors vous serez certain que c'est ainsi que votre intuition va vous donner toujours plus d'informations nouvelles et d'indications sur le chemin que vous devez emprunter. Mais ne tentez pas l'impossible et de prendre le risque de vous connecter tout de même quand rien ne va car c'est votre mental qui décidera pour vous de la voie à prendre.

A chaque fois que vous parviendrez à mettre toujours plus de connexion entre vous et le monde qui vous entoure, vous allez vous rendre à l'évidence que rien n'est le fruit du hasard. Et qu'à chaque fois que vous allez pouvoir suivre votre intuition le chemin que vous suivrez sera rempli de bienfaits. Vous allez me dire qu'il serait bon de pouvoir le poursuivre en tout temps et en toute circonstance. Il n'en tient qu'à vous car à chaque fois que vous faites une expériences et que vous prenez conscience que finalement la voie la plus juste est celle de votre cœur car elle vous permet non seulement de transcender vos peurs mais en plus de vous reconnecter à qui vous êtes, alors vous voilà en train de déplacer des montagnes dans le sens de votre véritable destinée.

Nous évoluons en permanence, il est donc bien difficile de dire aux gens de faire comme ci ou comme cela mais on peut leur apprendre à s'écouter afin que d'eux-même ils puissent se reconnecter à ce qui est réellement bon pour eux. Cela leur demandera un vrai travail de développement personnel mais peu à peu ils prendront conscience que tout peut arriver en temps et en heure si on prend le temps de savoir reconnaître ce qui est réellement bon pour nous et l'intuition est la clé de ce bien-être de cette unicité que nous recherchons tous.

Plus vous ferez l'expérience d'être en mode intuitif et plus vous vous donnerez de chance d'être au bon endroit au bon moment. Tout est parfait à la seule condition d'accepter que nous sommes tous venu sur terre pour faire expériences et en tirer des leçons qui vont nous permettre de changer notre mode de croyance et de devenir plus aligné au fil de nos avancées.

L'intuition est un pouvoir phare, une capacité extra-sensorielle qui va pouvoir vous donner le sens de votre vie à prendre.

Si vous ne parvenez pas à vous connecter à votre intuition, ne restez pas pour autant sur l'idée que vous allez obligatoirement faire une erreur de parcours, votre corps vous parle, comme nous l'avons vu précédemment, prenez le temps et l'habitude de l'écouter.

ETAPE N°7 – LA MISE EN PRATIQUE DE VOS DONS

Vous voilà à cet instant précis de ce programme un peu plus avancé sur votre capacité à pouvoir exprimer de vous-même vos capacités extra-sensorielles. Si celles-ci ne sont pas tout à fait en émergence, c'est qu'il y a soit encore quelques peurs quant à ce que vous pourriez générer ou alors une attente trop importante de votre part qui bloque un peu le système de développement personnel qui se fait au rythme de chacun.

Nous allons donc dans cette dernière partie voir comment vous allez pouvoir utiliser au mieux vos dons et pour cela les mettre en pratique dès que possible .

Si vous vous êtes rendu compte que vous étiez plus en capacité d'entendre des messages ou de reconnaître en vous des signes, je vous invite donc après avoir fait le silence en vous d'accéder à cette perception et de vous initier.

Plus vous serez en adéquation avec ce moment précis et plus votre capacité va être d'une très grande capacité. Trop souvent les gens cherchent à faire et à obtenir avant de pouvoir « être » pleinement. C'est en ne cherchant rien comme on dit que l'on trouve. Cela signifie que plus vous allez être centré sur le cœur en accord avec ce que vous vivez actuellement et plus vous allez être en capacité de pouvoir établir des connexions.

Si vous avez commencé à maîtriser le fluide énergétique au travers des cartes ou du pendule, prenez le temps là aussi de vous expérimenter. C'est parfois quand on est dans une attente très forte de soi ou des autres que tout se met à s'embrouiller. Tout comme le fait de respirer est naturel ou se lever ou se baisser, prenez l'habitude de penduler et de tirer les cartes sans que cela ne paraisse extraordinaire. Fiez-vous à ce que vous voyez en premier et ensuite votre intuition pourra fortement vous guider pour aller plus loin dans l'interprétation des vibrations reçues.

Mais, chaque étape l'une après l'autre, ne cherchez pas à vouloir aller trop vite : cela ne fonctionnerait pas et vous seriez déçu. Cela ne répondrait pas à votre démarche de pouvoir le faire dans un but d'aider les autres ou vous même à aller mieux : vous vous mettriez une pression supplémentaire dans votre vie.

Quand on ressent que notre don est en train d'émerger, on a un peu tendance à vouloir toujours s'en servir pour pouvoir le peaufiner. C'est un objectif louable, juste que ce n'est pas un jeu à proprement parlé. Cela peut vite devenir fatigant et vous pousser à faire des erreurs qui vont vous agacer et vous allez peut être finir par renoncer.

A chaque fois que vous souhaitez vous entraîner, prenez le temps de le faire de manière ordonnée dans un lieu adéquat et surtout quand vous êtes vous-même porteur d'une belle énergie. Ne laissez rien ni même votre mental vous perturber. Vous devez être en capacité de pouvoir donner le meilleur de vous même pendant cette expérience.

Plus vous allez être en recherche de votre propre vérité et plus vous allez vous rendre compte que les réponses à vos questions vont être de moins en moins claires. Laissez les informations venir à vous sans devoir vous justifier ou faire référence à ce que vous connaissiez déjà. Parfois cela vous semblera peut être incohérent ou irréaliste. Mais là n'est pas la question. Il s'agit de retranscrire au mieux une vibration et non pas de la formater. Donc si cela peut vous apparaître impossible à relater, à traduire, à retranscrire, ne cherchez pas à vouloir une réponse à tout prix.

Nous n'avons pas toujours la connexion à certaines informations car soit nous ne sommes pas encore en capacité de les recevoir ou la personne en face n'est pas encore prête à ce qu'on lui donne une information qui pourrait en fait lui faire plus de mal que de bien .

A chaque fois que vous parviendrez à ressentir au fond de vous que quelque chose est venu rentrer en communication avec vous, laissez le naturel se mettre au service de cette transaction. Accueillir ce qui est est votre mot d'ordre dans toutes vos démarches ésotériques.

Si vous n'êtes pas en phase avec ce que vous ressentez, que cela vous dérange et que vous vous sentez un peu décalé, ne poursuivez pas cette action. Demandez à l'univers de faire cesser cette connexion et vous même stoppez net ce que vous êtes en train de faire.

Des autorisations sont nécessaires dès lors où nous souhaitons travailler pour quelqu'un d'autre : son accord tacite ne suffisant pas. Demandez à la personne ainsi qu'à vous même si vous êtes prêt à recevoir des informations puis mettez-vous chacun de votre côté en mode accueil incondtionnel.

Vous serez parfois étonné de la puissance des messages que l'on peut recevoir pour les autres mais pour soi-même aussi. C'est en acceptant ce qui vient qu'on peut mieux évoluer. Vous pouvez parfois chercher à vérifier la véracité des faits afin de vous conforter dans vos capacités. Mais ne faites pas l'inverse : ne demandez pas sans cesse à la personne si ce que vous voyez, ressentez, entendez est vrai .

Avoir des capacités extra-sensorielles, c'est pouvoir se connecter à un monde invisible dont tout le monde n'a pas accès. Ce n'est donc pas un sujet que nous pouvons aborder avec tout public. Plus vous chercherez à imposer votre manière d'être et de faire et plus cela aura des répercussions néfastes sur votre mode de fonctionnement. On ne peut pas plaire à toute le monde mais on se doit de respecter les croyances des uns et des autres à commencer par nous-même. Ne cherchons donc pas une légitimité ou une acceptation de ce qui n'est pas perceptible pour chacun d'entre nous et qui ne peut être prouvé de manière rationnelle.

A chaque nouvelle expérience, vous allez vous rendre compte que vos capacités évoluent et qu'au fur et à mesure vous avez accès à de nouvelles informations. Ne soyez pas dans l'attente de toujours plus mais ne reniez pas ce qui se présente.

Quand nous sommes en confrontation avec notre mental, il nous arrive de croire que ce qui nous arrive pourrait être de l'ordre de l'illusion. Laissez venir à vous ce qui vient et si la vibration est bonne c'est qu'elle a tout lieu d'être.

Certaines personnes me disent « j'ai des flash et j'en fais quoi ? » Chaque information qui arrive à vous est bonne pour votre évolution soit parce que vous vous rendez compte que vous percevez des vibrations qui contiennent des informations bonnes pour vous ou pour quelqu'un de votre entourage soit parce qu'elles vont vous permettre d'en savoir toujours un peu plus sur le monde qui vous entoure. Si ce sont des messages qui sont plutôt négatifs : voyez ce qui se passe en vous énergétiquement pour que ces messages vous parviennent à vous. Est-ce que cela pourrait être un problème de non alignement ou alors que vous êtes en lien avec des vibrations basses. Si c'est une information qui peut aider quelqu'un à éviter le pire comme un accident alors là c'est dans le bon sens celui de la prévenir d'un danger à venir.

Quand vous prendrez le temps de vous mettre toujours plus en adéquation avec les énergies que vous souhaitez voir apparaître dans votre vie toujours plus simplement, vous réaliserez que ces perceptions que vous avez en vous peuvent faire beaucoup de bien autour de vous. Il est donc inutile de vouloir aller trop vite et ainsi donner à ceux qui vous font confiance des réponses erronées. Tout est parfait dans l'ici et maintenant et ceux que vous ne pouvez pas renseigner auront très certainement d'autres moyens pour en savoir un peu plus que par votre propre perception.

On est tous amené à devoir donner de son temps et de son argent le plus souvent pour obtenir ce que l'on veut, ne voyez donc là aucun méfait à devoir demander une somme que vous aurez déterminé dès lors où ce que vous faites vous demande beaucoup d'implication. Si vous le faites à titre privé pour éclairer ceux qui vous entourent et que l'échange d'énergie se fait de manière très peu contractuel alors vous pouvez avoir recours à la gratuité mais si bien au contraire cela devient une activité à plein temps et que cela vous amène à devoir faire un travail professionnel

alors il sera de bon ton d'indiquer à la personne votre tarification.

Si vous avez besoin de plus d'informations afin de pouvoir accéder à différents domaines qui touchent la personne ou le sujet que vous êtes en train de « traiter », faites attention toutefois de ne pas mélanger celles de votre mental et vos propres perceptions. Laisser parfois venir en nous des informations dites figées peuvent nous induire en erreur et nous faire prendre un chemin non conscientisé.

Plus vous serez en recherche de la ou des vérités qui concernent la personne que vous souhaitez accompagner ou que ce soit même pour vous, assurez-vous de ne pas commettre d'impair en mêlant vos propres pensées. Pour cela, il est important de faire le vide en soi dès que l'on sent que quelque chose est en train de nous parasiter.

On peut faire beaucoup d'expériences diverses et ne jamais avoir le même résultat affiché. Tout cela vous démontrera que cela reflète du libre arbitre de chacun et qu'il faut donc laisser la personne prendre seule sa décision en l'amenant à se centrer sur son cœur et à reconnaître en elle une vibration de paix, d'amour et de joie qui lui indiqueront que sa réponse est la bonne pour elle.

Si vous ne faites pas abstraction de ce que vous connaissez déjà sur un tout autre sujet que celui sur lequel vous êtes en train de vous concentrer, vous vous rendrez compte que parfois des informations peuvent venir s'entremêler. Reprenez une grande respiration et refaites le vide en vous.

Plus vous allez exercer vos perceptions et plus vous allez les affiner. Il faut savoir accepter l'évolution comme aussi le fait de stagner. Ne soyez pas pressé de voir les choses avancer tout est parfait : en cohérence avec notre niveau d'évolution. Si vous cherchez à vouloir prendre la voie de l'urgence, vous risquez de perdre la capacité de pouvoir les utiliser.

On peut parfois se sentir mal au cours d'une séance, il ne faut pas chercher à aller plus loin. Faites un nettoyage de tous vos chakras et corps subtils ainsi qu'à la personne qui est avec vous et reprenez un rendez-vous pour une autre séance.

Au fur et à mesure que vous allez vous familiariser avec votre don, d'autres vont peut être émerger. Cela vous aidera à faire un travail plus global où tout aura sa place et son utilité.

Il n'est pas toujours possible de se laver les mains juste avant un soin, tout dépend où vous êtes, mais cela est vivement conseillé. Si vous ne pouvez pas le faire, visualisez une douche de lumière et laissez-la vous nettoyer. A la fin de la séance, cherchez à en faire de même, le principal étant toutefois de vous laver les mains et les avant-bras avant et après chaque séance.

On ne peut pas toujours donner l'assurance à une personne qu'on va pouvoir la combler. Le principal est de rester honnête et franche quant à vos capacités et ne pas lui laisser croire que tout pourrait être parfait à un instant T. Tout ce qui nous arrive nous aide à évoluer. C'est pour cela qu'on dit que tout est parfait mais cela ne veut pas dire qu'il n'y aura pas de difficultés à traverser.

Si une personne vous harcèle de questions. Ne lui laissez pas croire que vous allez lui donner toutes les réponses. Quand on a un don, cela nous permet de pouvoir mettre en lumière certaines choses mais ne nous donne aucun droit ni devoir vis à vis de la personne. A elle de se prendre en charge quant à ce que vous aurez pu lui annoncer et lui conseiller de retrouver le calme en elle : ce qui va lui permettre elle aussi de pouvoir se reconnecter à son pouvoir créateur .

On ne se ménage pas toujours alors que le plus important au niveau de ce que l'on met en place dans notre vie est de le faire quand tout est énergétiquement disponible. Pour que votre perception soit la plus claire possible, pensez à vous munir de toute votre vitalité.

Ne mettez pas d'épée de Damoclès au dessus de la tête de la personne que vous souhaitez éclairer en lui promettant des choses, en la dirigeant quelque peu. Ce que vous percevez à cet instant de la séance pourra ou non déboucher sur autre chose : ce n'est pas à vous de l'en persuader ou de l'en dissuader.

Prenez la patience comme maître d'oeuvre de vos avancées. Parfois, nous avons des dons qui se développent toujours plus à des instants clés de notre vie. Ils attendent que nous soyons prêts.

Quand vous décidez de mettre en place votre ou vos capacités extra-sensorielles, vous vous demandez peut-être si cela va être bien accepté par votre entourage. Ne soyez pas dans la quête d'une reconnaissance que ce soit de ceux que vous aimez et qui vous aiment et de vos pairs et associés. Chacun avance sur un chemin qui lui est propre. Il ne faut en aucun cas chercher à attirer l'attention ou le regard de ceux qui ont eux aussi bien d'autres qualités.

C'est en prenant de la distance avec votre peur de l'échec que vous parviendrez à stabiliser votre manière de faire. On peut prendre un peu plus d'assurance au fur et à mesure de notre évolution à la condition de ne se mettre aucune limite, aucune pression.

C'est en quittant régulièrement le monde de l'invisible, que nous pouvons réaliser que pour d'autres personnes, cette compétence extra-sensorielle n'est pas de leur ressort. Ne les laissez donc pas penser qu'ils ne pourraient pas échanger avec vous alors que finalement, vous n'êtes pas que quelqu'un qui a des capacités extra-sensorielles. Et puis qui sait certaines de vos connaissances, vos amis, votre entourage proche pourraient bien en développer une ou deux elles aussi au cours de leur vie.

J'invite chacun de vous à avoir dans son emploi du temps de grandes plages de repos et de détente surtout quand vous mettez en pratique vos capacités. Nous avons tous besoin de nous régénérer et encore plus quand nous sommes en train d'exploiter nos dons.

C'est à chacun de vous de mesurer l'importance de l'utilisation de vos dons dans la branche qui vous convient le mieux. Pour certains ce sera plus au niveau de la famille, pour d'autres au niveau professionnel ou la vie sociale. Faites en fonction de ce qui parle le plus à votre cœur et reste en lien avec votre mission de vie.

Quand vous aurez pris l'habitude de passer en mode extra-sensoriel, vous aurez plus de ressenti que les autres et donc plus de sensibilité. N'en faites pas toute une histoire si pour d'autres personnes, ce que vous faites n'a pas d'intérêt. Il faut savoir faire preuve de douceur, d'empathie, d'humilité et de magnanimité.

C'est avec toujours plus d'exactitude que vous aurez des ressentis sur le monde de l'invisible. N'en faites pas tout un poème. C'est en laissant les personnes prendre conscience d'elles-mêmes de ce qu'elle peuvent en déduire que vous pourrez au mieux les aider. Ce n'est pas une consultation sous forme de conférence mais plus un scan de ce que vous percevez.

Simplicité doit pouvoir rester le maître mot de ce que vous pouvez faire au travers de vos capacités extra-sensorielles. Si vraiment cela s'avère être trop complexe, demandez à la personne de se détendre un peu plus afin de vous permettre de mieux vous centrer sur elle et si vraiment rien ne peut se mettre en place, ajournez le rendez-vous ou demandez-lui de s'adresser à un collègue.

En prenant l'habitude de mettre toujours plus de frein à vos capacités extra-sensorielles, vous avez pu très certainement vous rendre compte que cela vous crée des blocages à certains moments, comme si votre mental avait gardé en mémoire qu'il ne fallait peut-être pas vous faire confiance. On peut vite remédier à ce problème en prenant le temps de se recentrer sur le chakra du cœur puis sur le plexus solaire, le chakra sacré et le chakra racine. Vos pensées sont réorienter vers votre moi intérieur.

Vous êtes parfois en symbiose avec la personne qui vient vous consulter et parfois vous ne parvenez pas à « voir » en elle, comme si quelque chose vous bloquait. C'est à vous de comprendre que plus vous allez lâcher prise et plus il sera simple pour la personne d'en faire autant. Ne vous mettez aucune pression. A chacun de trouver en soi plus de paix intérieure.

On s'anime toujours plus pour ce qui fonctionne et quand cela ne vient pas nous satisfaire, nous sommes dans une position de retrait par rapport à ce que nous pouvons finalement mettre en place avec la personne qui est en notre présence. Ce n'est pas toujours dans les premières minutes ni même la première heure que les choses prennent un chemin évolutif. Il faut parfois plusieurs jours avant que les énergies ne puissent faire leur effet et que la personne puisse avoir des retours satisfaisants.

Quand vous dirigez votre énergie vers un point particulier, il est possible que cela vienne réveiller un autre point. A vous de voir si un soin global ne pourrait pas être mis en place ou si la personne devra revenir pour une autre séance. Ne prenez jamais de décision hâtive surtout si vous n'êtes pas certain de votre ressenti. Laissez passer quelques heures avant de pouvoir donner à la personne une idée précise de ce que vous avez perçu en sa présence. Et si cela vous reste impossible, acceptez-le et ne lui donnez pas de fausses idées.

La confiance est quelque chose qu'on peut acquérir avec le temps et avec l'expérience que ce soit pour vous comme pour le client. Ne soyez pas déçu si il ne vous montre pas tellement d'enthousiasme à la première séance ni même les suivantes.

Parfois des personnes viennent vous voir et ne reviennent pas malgré le fait que les soins ne sont pas terminés. Envoyez leur beaucoup d'énergie de guérison au travers d'un soin collectif que vous pouvez faire régulièrement pour tous ceux qui en ont besoin : énergétiquement et vibratoirement, ils se reconnaîtront.

Ce n'est pas un dû d'avoir des dons, ils peuvent vous être retirés comme ils vous ont été donnés. A chacun de suivre un code de déontologie tel que celui du serment d'Hippocrate, par exemple.

Je pourrais vous donner encore de nombreuses idées et conseils à suivre mais il en va aujourd'hui de votre propre expérience à vivre.

J'espère donc avoir pu vous aider à développer vos dons et vous donner surtout la confiance en vous qu'il vous manquait afin de pouvoir vous permettre de mettre toujours plus vos capacités extra-sensorielles au centre de votre vie.

Pour celles et ceux qui seraient intéressés pour aller plus loin et recevoir un enseignement plus personnalisé, je vous propose de vous adresser à des personnes compétentes en la matière. Mon travail étant de vous permettre d'éveiller votre conscience sur ce qui peut-être vous a toujours questionné mais que vous n'avez pas pu ou voulu exploiter et vous libérer de certaines mémoires qui créaient un obstacle, un blocage à vos perceptions.

En ce qui me concerne, tout a été minutieusement programmé. Je ressentais que quelque chose me guidait et que chaque étape se faisait au bon moment dès lors où j'étais prête. C'est pour cela que je vous invite à prendre tout votre temps et surtout à laisser votre ressenti vous accompagner afin de ne pas brûler des étapes, ce qui irait à l'encontre de votre évolution.

Je vous souhaite de belles découvertes et plein de joie et d'amour, indispensables à votre cheminement.

Ce programme a été reçu en canalisation.

Par respect pour mes guides et mon travail,
je vous demande de bien vouloir ne pas le transmettre à votre entourage, outre mesure ,
et plutôt d'inviter les personnes à venir le télécharger sur mon site.

Je vous remercie pour votre confiance
et espère avoir pu vous accompagner un peu plus loin sur le chemin de votre évolution.

D'autres programmes sont disponibles sur mon site.

Barbara Hocquette

Naturopathe
Psycho-Énergéticienne
Médium pure

Éveil de conscience et Libération des mémoires

Pour adultes et enfants

A H.OM.E zen
lieu de soin d'écoute et de ressourcement
à Sorgues dans le Vaucluse
et par téléphone ou skype

06 46 12 36 61
<https://www.barbarahocquette.com>