

**Dr Codjo Rodrigue Abel ASSAVEDO**

**LES POUVOIRS CACHES  
DES AUTOAFFIRMATIONS  
POSITIVES ET CONSTRUCTIVES**

**Copyright©2009, Tous droits réservés pour tous pays**

## INTRODUCTION

L'une des plus puissantes et courtes affirmations jamais élaborées, est celle se trouvant au troisième verset du premier chapitre du livre de la Genèse, où Dieu dit : « **Que la lumière soit.** » Et la lumière fut. Puis en poursuivant la lecture de ce premier chapitre de la Genèse, on se rend compte que toute l'œuvre de la création du monde et de l'humanité, a été réalisée sous la motion d'Affirmations puissantes et constructives, sorties de la bouche du Seigneur Dieu Tout Puissant, sous forme de parole. Le Christ Jésus, qui est au commencement et à la fin de toute la création, est le Verbe de Dieu. Ce Verbe de Dieu est La Parole de Dieu. Et c'est cette Bonne Nouvelle qui a été annoncée par les Saintes Ecritures.

En effet, quand nous consultons le dictionnaire universel, nous lisons qu'une affirmation, est l'action d'affirmer. Et affirmer veut dire, soutenir qu'une chose est vraie ou qu'une chose se manifeste nettement ou avec force. Et l'être humain qui est le summum de la création, car créer à la ressemblance et à l'image de Dieu le créateur, est aussi co-créateur, donc doté de la force du verbe. Ainsi, l'être humain, crée des conditions par l'usage d'affirmations puissantes. Mais ces conditions peuvent être constructives ou destructrices. Elles peuvent être des conditions de vie ou de non-vie, de bonheur ou de malheur, de joie ou de tristesse, de succès ou d'échec, de richesse ou de pauvreté, de santé ou de maladie etc.

Il existe donc des pouvoirs cachés dans une affirmation, et surtout dans l'auto-affirmation. De la même façon que les affirmations dont nous avons parlé au début, ont produit des conditions, de cette même façon, les affirmations que nous élaborons chaque jour, affectent notre vie d'une façon ou d'une autre. Mais quel est le processus d'élaboration d'une affirmation ?

Ce processus comporte trois phases à savoir : la naissance de la chose à affirmer, la déclaration de l'affirmation par le biais de la parole ou du verbe et le devenir de l'affirmation déclarée. Nous pouvons dire qu'une affirmation prend sa source au niveau mental et sous forme d'une pensée. Mais aussi bien la pensée que la parole, sont des ondes

qui se déplacent à une très grande vitesse, et qui remplissent tous les espaces de l'univers, puis vont aller chercher des pensées du même type que celle qui est émise, et à ce niveau il y aura l'application de la loi d'attraction. Cette loi qui dit que les choses semblables s'attirent. Donc une pensée positive et constructive va attirer une autre pensée positive constructive en rapport au contenu de la pensée, ce qui contribuera à la manifestation de la pensée émise dans le monde réel.

Et il existe plusieurs sources de pensées ou affirmations pouvant affecter notre vie. Les sources peuvent être le monde extérieur, les personnes qui nous sont proches et nous-mêmes. Il existe des affirmations positives et constructives, puis des affirmations négatives et destructrices.

- Voici quelques exemples de pensées positives avec lesquelles nous devons apprendre à nourrir notre mental chaque jour. C'est ce qu'on appelle auto-affirmation ou auto-suggestion positive à savoir :
  - Je choisis maintenant de sentir que je suis de plus en plus riche et prospère.
  - J'ai maintenant l'intention de réussir de plus en plus sur le plan professionnel.
  - Je choisis maintenant de manifester une vie de plus en plus abondante et prospère.
  - J'ai à présent tout ce qu'il faut pour réussir toute entreprise que j'initie.
  - Je choisis à présent de me sentir de plus en plus confiant en moi-même.
  - Je choisis à présent de me sentir de plus en plus jeune et bel homme.
  - Je choisis à présent de sentir que j'ai une partenaire qui m'aime de plus en plus, qui est de plus en plus honnête envers moi et me donne une vie heureuse.
  - Je choisis à présent de sentir que je gagne toujours plus d'argent que je n'en dépense.

• Voici quelques exemples de pensées négatives qu'il faut bannir de ses affirmations. Elles peuvent être dues à de mauvaises expériences que l'on a vécues dans le passé et cela s'observe par des propos tels que :

- Je ne suis pas en mesure de faire la cours à cette jeune et belle fille.
- Je suis une personne trop timide.
- Je ne peux jamais réussir cette entreprise.
- Je suis trop moche.
- Je ne réüssi jamais rien de ce que j'entreprends.
- Si je pouvais réüssir à ce test, ce serait bon.
- Je suis toujours perdant.
- Je suis sûr que cela ne marchera jamais pour moi.
- Je ne peux jamais être financièrement autonome.
- Je ne peux jamais devenir riche.

En jetant un regard autour de nous, nous avons des exemples concrets de situations ou de conditions créées par des hommes et des femmes, par l'usage d'affirmations élaborées par ces personnes elles-mêmes ou des affirmations reçues de l'extérieur.

### **Pourquoi Reprogrammer notre vie par les autoaffirmations positives et constructives ?**

Dans notre corps physique, nous connaissons plusieurs vies. Déjà depuis les premiers instants de notre conception, avant même que nos géniteurs s'unissent pour nous appeler à la vie, il y a déjà de nombreux évènements qui peuvent marqué notre vie future en 'bien' ou en 'mal'. L'état d'esprit dans lequel se trouvaient nos parents avant et au cours de l'acte par lequel nous sommes appelés à la vie a une importance capitale sur ce que nous deviendrons demain dans la société, de même que l'environnement dans lequel nous grandissons pendant la vie intra-utérine, puis après notre naissance. Toutes nos cellules, de même que les cellules cérébrales gardent une mémoire de tout ce que nous expérimentons dans notre vie.

## POUVOIRS CHACHES DES AUTOAFFIRMATIONS

Ainsi, la nouvelle programmation de notre vie, consistera à revisiter chacune de ces étapes de notre vie, afin de désinstaller un programme ou mémoire défectueux et le remplacer par un nouveau programme susceptible de nous conduire vers la manifestation d'une vie harmonieuse et abondante.

De la même façon que le but de la science dite Psychologie d'énergie est d'arriver à situer où se trouvent les blocages et les limitations de toutes sortes qui sont responsables des échecs dans notre vie, de cette même façon, la guérison spirituelle, a pour but, de localiser les blessures subies par l'âme ou notre vrai 'Moi', d'obtenir une guérison et une cicatrisation de ces blessures par la puissance de l'Esprit-Saint du Dieu Vivant.

Il est très important de savoir que notre esprit n'aime pas l'indécision, des réponses inachevées, des phrases ou actions inachevées ou des engagements que nous avons pris mais non honorés. Nous devons faire attention à tout ce que nous déclarons vouloir faire. Si nous ne sommes pas certains de faire quelque chose du début jusqu'à la fin, évitons de dire que nous voulions la faire, car si nous ne poursuivons pas cette action ou décision jusqu'au bout, notre esprit supposera que nous ne voulions pas avancer en direction de la décision que nous avons prise, puis il fermera ce dossier.

Mais cette fermeture créera une entité de bas niveau qui agira en nous comme si nous étions en inaction ou en refus d'agir.

Ainsi, inconsciemment, nous contribuerons à l'installation de nombreux programmes défectueux sur cet ordinateur qui fait fonctionner notre vie. Et la situation sera telle, aussi longtemps que nous allons traîner à faire des actions qui vont en direction de l'accomplissement de la décision que nous avons prise. Donc chaque fois que nous prenons un engagement auquel nous ne tenons pas, il y aura la création d'un programme qui sera interprété comme si nous ne voulions pas prendre le contrôle de notre vie.

Notre esprit ne laissera aucun détail sans surveillance, il doit avoir une fermeture sur chaque pensée, déclaration et action. Même si nous

commençons une phrase sans la finir, il complétera la phrase pour nous. Donc chaque pensée qui germe en nous et chaque action que nous initions, doit être complétée ou notre esprit le finira et le classera à notre place. Et il le fait à temps et à contretemps. Il est d'ailleurs une très bonne gouvernante dans ce domaine, mais malheureusement, il ne le fera pas de la manière dont nous l'aurions voulue.

Il est important de toujours garder présent en nous, que L'esprit Conscient intérieur aime le fait qu'il peut vraiment contrôler notre vie et il se sent menacer quand nous cherchons à prendre notre responsabilité pour prendre notre vie en main par nous-mêmes, parce qu'il doit rendre le contrôle. Pour que cela se passe bien, il faut que toutes les personnalités qui contrôlent notre vie en pilotage automatique soient effacées de notre esprit ou de l'ordinateur qui conduit notre vie avant que nous puissions réclamer le contrôle de notre vie. C'est un processus qui demande une formation et de l'expérience, donc nous devons beaucoup pratiquer ce processus.

### **Clarification**

Elle consiste à voir si nous avons le contrôle de notre vie ou si ce sont des légions de personnalités de bas niveau astral qui en ont le contrôle.

Chaque fois que face à une situation nous n'avons pas le contrôle de la situation, pour en faire une occasion de victoire, notre 'moi' séparé et l'esprit conscient prendront le contrôle de notre vie.

Notre capacité à être au-dessus d'une situation, à être déterminé et décidé à rester focalisé sur notre but, à agir avec justesse et droiture pour atteindre les objectifs que nous nous sommes fixés, empêchera l'installation d'autres personnalités de bas niveau. Mais il faut savoir que certains états d'âme, tels que la colère, le ressentiment, la haine, la jalousie, l'envie etc. créent des portes d'entrées à la pénétration et à l'installation de légions de personnalités de bas niveau, qui chercheront à prendre le contrôle de notre vie.

Notre grand défi est d'être en mesure d'éviter toute pénétration et installation de personnalités de bas niveau, ce faisant, nous aurons 100% de contrôle sur notre vie.

L'être humain est en apprentissage en ce monde et dans son corps physique. Apprenons donc à ne pas porter de jugements non constructifs sur les erreurs du passé en ce qui concerne les personnes qui n'arrivent pas à prendre le contrôle de leur vie. Ces personnes ont fait de leur mieux, avec ce qu'elles avaient eu à leur disposition.

Prendre sa responsabilité devant telle ou telle situation de la vie, n'est pas une mince affaire.

La tergiversation ou la paresse ordinaire est l'une des premières causes de manque de prise de responsabilité personnelle.

Malheureusement, personne ne peut assumer cette responsabilité à votre place, vous seul pouvez décider de changer le cours de votre vie pour une vie abondante et prospère.

### **Vies antérieures**

Nos vies passées représentent nos vies antérieures. La capacité de revisiter nos vies antérieures, depuis même avant notre conception, puis notre vie intra-utérine, notre petite enfance, notre enfance et adolescence et enfin notre prime vie d'adulte, revêt une importance capitale. Ces différentes étapes de notre vie constituent ce que certains appellent nos lignes de temps. Ainsi, l'analyse de chaque événement, incident et situation vécus dans le passé lointain ou proche peut aider beaucoup de personnes à découvrir ce qui bloque leur prise de responsabilité pour avancer en direction de leur idéal.

Déjà, sur le plan médical, il est reconnu que notre état psychologique peut affecter grandement notre état physique et donner des syndromes cliniques. On parle alors de psycho-somatisation, lorsqu'une perturbation psychique entraîne des manifestations cliniques sur l'individu.

La psychothérapie consisterait à aider le souffrant à changer sa mentalité, son regard ou son appréciation face à la situation vécue. En changeant ce qui est stocké dans son subconscient en rapport à la situation en question, l'expression clinique due à cet état psychique altéré aussi change.

Sur le plan spirituel aussi, une démarche similaire s'opère. Un jour, j'avais assisté à une séance de 'guérison intérieure' organisée par un groupe de prière du Renouveau charismatique. Le prier expliquait à l'auditoire, comment il y aurait nombre de situations négatives que nous expérimentons dans notre vie, du fait de scénarii négatifs dans lesquels nous nous mettons inconsciemment ou non, soit depuis notre tendre enfance du fait de propos innocemment tenus ou de scènes douloureuses vécues, qui, enregistrés dans notre subconscient, nous amènent à vivre ce que nous expérimentons de négatif aujourd'hui. Il y avait eu de nombreux témoignages du genre ce jour.

Une jeune femme affirmait qu'à l'âge de six ans, elle assistait à de douloureuses scènes de ménage entre son père et sa mère, puis déçue par cet exemple de vie de couple, elle jura que jamais elle ne se marierait quand elle serait grande. Mais elle ne pensait pas que la nature allait la prendre au mot. Ainsi, à l'âge de se marier, elle constate que jamais elle n'arrivait à avoir une relation amoureuse durable. Elle confessait que malgré tout ce qu'elle faisait pour avoir une relation durable avec les hommes, elle se retrouvait toujours seule.

C'est alors qu'au cours des séances de prières de guérison avec le groupe du Renouveau charismatique, elle avait été invitée à changer sa croyance par rapport à cette question, à remplacer ce scénario qu'elle avait formulé depuis sa tendre enfance par un autre positif. C'était de la sorte que sa vie a complètement changé. Elle a enfin rencontré un homme qui a accepté de l'épouser et ils attendraient déjà leur premier enfant !

Dans mon environnement proche, il y avait une jeune fille, qui pour une raison que j'ignore – mais entre son père et sa mère, c'était tout le temps la bagarre – avait dit quand elle était âgée d'à peine 7 ans, que devenue grande, elle serait travailleuse de sexe. L'univers a lu sa pensée et

a pris acte de cette déclaration, et vers l'âge de 13 ans, cette jeune fille sortait déjà avec de nombreux hommes au vu et au su de ses parents.

Dans son quartier, elle était la cliente privilégiée des nouveaux locataires célibataires. Elle aurait brisés beaucoup de couples. Elle aurait escroqué plusieurs jeunes gens, par de multiples dots qu'elle aurait reçues de tous pour rien. Cette belle jeune fille a ainsi brisé sa vie, et à un jeune âge, elle paraît comme une épave, car elle a complètement vieilli et se réfugie aujourd'hui dans l'alcool.

Enfin, j'ai eu une amie très proche, qui, voyant le conflit qui existait entre son père et sa mère, disait qu'elle ne souhaiterait jamais vivre dans une relation de couple quand elle sera grande, qu'elle ne veut pas vivre sous la coupole d'un homme, mais qu'elle voudrait être une femme libre, qui aurait une fille qui serait sa confidente. Après de nombreuses années, elle a oublié avoir tenu de pareils propos.

Quand arriva pour elle l'âge de se marier, de déboires en déboires, elle a fini par rencontrer un homme avec qui elle s'était mariée. Ils avaient eu une fille, puis quelque temps après, leur relation s'était vite dégradée. Elle serait en instance de divorce depuis plusieurs années déjà, et vit seule à présent avec sa fille qui est sa confidente chérie. Toutes mes tentatives à l'aider à changer de scénario et à mettre dans son subconscient un scénario positif en ce qui concerne cette question avaient échoué, car elle continue de croire que plus rien ne peut changer pour le mieux dans son cas.

Ainsi, il est important de s'armer de courage pour aller visiter nos vies antérieures, afin de découvrir ce qui bloque notre avancée.

Nous pouvons être amenés à réaliser des affirmations positives, constructives et puissantes en commençant par Oui et en utilisant la première personne du singulier et le temps présent universel.

### **Voici quelques exemples :**

- Oui, je trouve qu'il est plus facile pour moi de gagner de plus en plus d'argent que je n'en dépense.

## POUVOIRS CHACHES DES AUTOAFFIRMATIONS

- Oui, je fais de mon mieux pour expérimenter de plus en plus de l'amour, du bien-être, de la joie, de la prospérité et de la réussite dans ma vie.
- Oui, je sais de façon exacte que je peux créer mes réalités par mes pensées, ainsi, je décide de sélectionner correctement et sagement mes pensées en accord avec ce que je veux manifester dans ma vie.
- Oui, il n'y a aucun problème dans ma vie, mais uniquement des opportunités, des défis à relever et qui me permettront de faire et d'avoir tout ce que je veux ou de devenir qui j'ai choisi d'être.

**Les autoaffirmations positives et constructives peuvent s'appliquer dans tous les domaines de notre vie.**

### **PROSPERITE :**

#### **● Garder de l'argent et le faire fructifier**

- Oui, je fais fructifier mon argent sagement.
- Oui, j'évite le gaspillage et fais travailler mon argent pour moi.
- Oui, j'épargne de plus en plus et je fais de bons placements.
- Oui, j'investis mes économies de façon avisée.
- Oui, je gagne de plus en plus d'argent en l'investissant bien.
- Oui, je fais fructifier de plus en plus mes capitaux.
- Oui, je choisis sagement mes placements, ce qui me fait gagner de plus en plus d'argent.

#### **● Indépendance financière**

- Oui, de jour en jour, je tends vers mon indépendance financière.
- Oui, chaque jour, je suis indépendant financièrement.
- Oui, ma vie devient chaque et à tout point de vue, indépendante financièrement.
- Oui, je gagne de plus en plus d'argent, et je me sens de jour en jour, plus indépendant financièrement.

## POUVOIRS CHACHES DES AUTOAFFIRMATIONS

- Oui, mon indépendance financière devient de jour en jour une réalité.
- Oui, j'aime gagner de plus en plus d'argent pour l'indépendance financière qu'il me procure.
- Oui, je sais que je possède à présent tout ce qu'il me faut pour aller de jour en jour vers l'indépendance financière.

### ● **Avoir plus d'argent**

- Oui, l'énergie argent, circule vers moi librement et sans effort.
- Oui, je sens que ma trésorerie s'améliore de jour en jour.
- Oui, je gagne de jour en jour, plus d'argent que je n'en dépense.
- Oui, je génère de plus en plus des idées et des émotions qui attirent irrésistiblement l'argent vers moi.
  
- Oui, les occasions de gagner de plus en plus d'argent se présentent à moi.
  
- Oui, l'énergie argent, embrase ma vie de jour en jour et fait de moi son ami.
  
- Oui, les opportunités pour gagner de l'argent se présentent à moi de plus en plus.

### ● **Mes besoins**

- Oui, je choisis à présent de voir tous mes besoins comblés de jour en jour.
  
- Oui, je gagne de jour en jour plus que mes besoins.
- Oui, chaque jour, mes besoins me propulsent de plus en plus vers l'avant.
  
- Oui, je sais que je satisfais de jour en jour tous mes besoins.
- Oui, de jour en jour, je comble aisément tous mes besoins.

## POUVOIRS CHACHES DES AUTOAFFIRMATIONS

- Oui, de jour en jour, mes ressources intérieures me permettent de satisfaire largement tous mes besoins.

### ● **Avoir de la chance**

- Oui, je sens de jour en jour que la chance est toujours de mon côté.
- Oui, tout ce qui est bon est attiré vers moi de jour en jour.
- Oui, de jour en jour, je suis ouvert à la vie et la chance envahie ma vie et l'inonde.
- Oui, à présent, je choisis de croire en ma chance en toute chose.
- Oui, je sais à présent que la chance est mon bon ange-gardien.
- Oui, je sens à présent que ma vie va de mieux en mieux, depuis que j'ai commencé à croire en ma chance en toute chose.

### ● **Mes finances**

- Oui, je sens que de jour en jour, mes finances s'améliorent de plus en plus.
- Oui, je sens à présent que j'atteins de plus en plus mes objectifs financiers.
- Oui, je me sens de jour en jour plus serein avec mes finances.
- Oui, je sens que je contrôle de mieux en mieux mes finances.
- Oui, de jour en jour, j'obtiens des résultats financiers de plus en plus satisfaisants.
- Oui, je sais que de jour en jour, Dieu s'occupe de l'amélioration de mes finances.
- Oui, je sens de jour en jour, que l'état de mes finances est de plus en plus positif.

## **SEXUALITÉ :**

### **● Ejaculation précoce**

- Oui, de jour en jour, je me sens calme, maître de mes nerfs et je contrôle bien mon éjaculation.
- Oui, je sais à présent que j'éjacule quand je le décide.
- Oui, à présent, je sais que mon éjaculation survient au bon moment.
- Oui, je sens à présent, que je prends de plus en plus beaucoup de plaisir dans les préliminaires.
- Oui, je sens que de jour en jour, j'amène progressivement ma partenaire au plaisir et au sommet de l'orgasme.
- Oui, je sens à présent, que de jour en jour, je suis libéré de toute culpabilité et de toute angoisse.

### **● Puissance sexuelle**

- Oui, de jour en jour, je sens que ma puissance sexuelle est sans faille.
- Oui, je sais que je suis d'une puissance sexuelle exceptionnelle.
- Oui, de jour en jour, je prends bien soin de ma puissance sexuelle.
- Oui, de jour en jour, j'ai confiance en la qualité meilleure de ma puissance sexuelle.
- Oui, de jour en jour, je suis persuadé que ma puissance sexuelle s'affirme.
- Oui, de jour en jour, je me sens fort et puissant sexuellement.

## POUVOIRS CHACHES DES AUTOAFFIRMATIONS

- Oui, je choisis à présent d'avoir de plus en plus de puissance sexuelle.
- Oui, de jour en jour, je manifeste ma puissance sexuelle.

## REUSSITE PROFESSIONNELLE

### ● Carrière

- Oui, de jour en jour, je sens que je plais à avancer dans ma carrière vers de plus en plus de succès.
- Oui, je sens à présent que ma carrière est pour moi un moyen pour réussir ma vie.
- Oui, je choisis à présent de gagner ma vie de différente manière.
- Oui, de jour en jour, je peux et je veux construire la carrière qui mène au succès.
- Oui, je choisis à présent comme ultime objectif d'être heureux.
- Oui, je sens que ma plus belle carrière est celle qui me permet de m'accomplir.
- Oui, je sais que de jour en jour et à chaque instant, j'ai le choix et la possibilité de travailler pour mon plein épanouissement.

### ● Compétence

- Oui, de jour en jour, je sens que je deviens de plus en plus compétent.
- Oui, je sens que de jour en jour, je deviens le meilleur dans mon domaine de compétence.
- Oui, je sens de jour en jour, que ma compétence augmente et que le succès m'accueille.

## POUVOIRS CHACHES DES AUTOAFFIRMATIONS

- Oui, de jour en jour, je sens à présent que j'atteins la compétence supérieure et les résultats arrivent de partout.
- Oui, je sens à présent que de jour en jour, je suis le meilleur dans mon domaine et je gagne davantage.

### ● Leadership

- Oui, je sens que de jour en jour, je m'autorise à prendre le pouvoir et la direction de mon département.
- Oui, je sais que moi aussi, j'ai le droit et la capacité de bien diriger mon département.
- Oui, je sais et suis confiant que j'ai l'âme d'un bon chef.
- Oui, je sais que mes compétences et mon empathie m'aident à bien diriger ceux dont j'ai la charge.
- Oui, je sais que j'ai tout ce qu'il me faut pour bien diriger mon équipe et obtenir de bons résultats.
- Oui, je sais que suis un bon leader qui sait enthousiasmer mon équipe et la mener à la victoire.
- Oui, je sais que je suis capable d'exposer mes arguments et d'obtenir l'adhérence de toute mon équipe.

### ● Gagnant

- Oui, je sais que je joue pour gagner à chaque instant.
- Oui, je sens que de jour en jour, je deviens un gagnant à plein temps.
- Oui, je choisis à présent de toujours voir le côté gagnant des choses et des circonstances de ma vie.

## POUVOIRS CHACHES DES AUTOAFFIRMATIONS

- Oui, je sais à présent que c'est mon droit de gagner et je m'autorise au plus profond de moi-même à gagner.
- Oui, je sens que de jour en jour et à tout point de vue, je choisis de gagner et je m'offre la chance de gagner.

### ● Se mettre à son compte

- Oui, je choisis à présent de sentir que mon patron c'est moi, et je peux donc me mettre à mon propre compte.
- Oui, je sens que de jour en jour, je choisis de travailler comme un indépendant et affiliés de plusieurs sociétés et je réussis.
- Oui, je sais que de jour en jour, je choisis de lancer mon entreprise personnelle et j'ai confiance dans mon succès.

### ● Réussite sur Internet avec mon Infoproduction

- Oui, je sens à présent que de jour en jour, la toile mondiale s'ouvre à moi et m'aide à attirer au moins 1000 visiteurs par jour et des milliers d'acheteurs de mes produits et de ceux dont je fais la promotion.
- Oui, je sens que de jour en jour, je fais des avancées dans l'univers de l'e-marketing et je réussis de plus en plus.
- Oui, je sens à présent que de jour en jour, j'apprends de plus en plus vite sur Internet et j'atteins facilement mes buts.
- Oui, je sens que de jour en jour, je joue le jeu de l'Internet et je gagne.
- Oui, je sens que de jour en jour, le monde de l'Internet m'accueille favorablement et je progresse rapidement vers le succès.

- Oui, je choisis à présent de sentir que de jour en jour, mes résultats se décuplent sur l'Internet et que ma créativité sur l'Internet me conduit vers la prospérité.
- Oui, je sais à présent que de jour en jour et à tout point de vue, l'Internet m'apporte de nouvelles sources de revenus et ma réussite augmente de façon exponentielle.

## **SANTE**

### **● Jouir d'une parfaite santé**

- Oui, je sais que de jour en jour et à tout point de vue, je suis de plus en plus en parfaite santé.
- Oui, je sais que de jour en jour et à tout point de vue, je sens mon en meilleur santé, je me sens en pleine forme et mon esprit positif me maintient en parfaite santé.
- Oui, je choisis à présent de croire en ma bonne santé et je sais que mon corps, mon esprit et mon âme sont en bonne santé.

### **● Autoguérison**

- Oui, je choisis à présent de sentir que les forces de la vie sont en moi et me régénèrent de jour en jour et à tout point de vue.
- Oui, chaque jour et à tout point de vue, mon pouvoir de cicatrisation se potentialise, se renforce et croit.
- Oui, chaque jour et à tout point de vue, mes forces de guérison deviennent de plus en plus puissantes et me permettent de me guérir.
- Oui, chaque jour et à tout point de vue, mon médecin intérieur me guérit et me donne une parfaite santé.

- Oui, de jour en jour et à tout point de vue, ma confiance en mon pouvoir d'autoguérison se consolide et devient ma réalité.
- Oui, de jour en jour et à tout point de vue, je sens en moi un pouvoir curatif très puissant et ma santé se régénère.
- Oui, de jour en jour et à tout point de vue, je sens que mon pouvoir d'autoguérison se réveille de plus en plus et me sert.

● **Bon transit intestinal**

- Oui, de jour en jour et à tout point de vue, je me sens de mieux en mieux, et je sens que mon intestin fonctionne de mieux en mieux et mon alimentation est de mieux en mieux digérée.
- Oui, je choisis à présent de sentir que je vais de mieux en mieux aux selles régulièrement et aisément.
- Oui, de jour en jour et à tout point de vue, ma digestion s'améliore et je vais de mieux en mieux.
- Oui, de jour en jour et à tout point de vue, je choisis de sentir que ma digestion devient parfaite, libre et facile, et que ma bonne santé rayonne.
- Oui, de jour en jour et à tout point de vue, je mobilise toutes mes énergies, mes forces de guérison extérieures et intérieures pour guérir définitivement mes veines ano-rectales.

● **Guérison à distance**

- Oui, de jour en jour et à tout point de vue, je sens que mes pouvoirs de guérison à distance s'améliorent et s'affinent, et je guéris à distance plus aisément.
- Oui, de jour en jour et à tout point de vue, je sens de plus en plus, que mon amour pour les autres me pousse à développer

## POUVOIRS CHACHES DES AUTOAFFIRMATIONS

mes pouvoirs de guérison à distance, et je guéris à distance de mieux en mieux.

### ● Rajeunissement

- Oui, de jour en jour et à tout point de vue, je me sens de plus en plus jeune et toutes les cellules de mon organisme se régénèrent et retrouvent une nouvelle jeunesse.
- Oui, de jour en jour, je choisis de sentir que mon corps est de plus en plus jeune et ma vitalité et mon énergie augmente.
- Oui, de jour en jour et à tout point de vue, je découvre des ressources intérieures de jeunesse et ma vie saine régénère mon corps et mon esprit.
- Oui, je choisis aujourd'hui de commencer une nouvelle jeunesse et je me sens de plus en plus vivant, joyeux et plus jeune.
- Oui, je sens à présent que je rajeunis de jour en jour et à tout point de vue.
- Oui, de jour en jour et à tout point de vue, je sens que ma peau devient plus lisse, mon visage se rajeunit, et que ma santé et ma jeunesse intérieure embellissent mon visage.
- Oui, de jour en jour et à tout point de vue, je sens que mon visage est de plus en plus beau, lisse et plus jeune.

### ● Santé de ma vue

- Oui, de jour en jour et à tout point de vue, ma vue s'éclaircit et je vois de mieux en mieux avec netteté et clarté
- Oui, je choisis à présent de sentir que je vois de mieux en mieux chaque jour, et j'ai donc une excellente vision aussi bien sur le plan intellectuel, spirituel que physique

## POUVOIRS CHACHES DES AUTOAFFIRMATIONS

- Oui, je sais que l'Esprit divin qui a l'infini pouvoir de guérison est à présent entrain d'ouvrir mes yeux et de créer à nouveau mes facultés et fonctions visuelles
- Oui, je sais que mes yeux sont des instruments de perfection donnés par Dieu, afin que je voie de mieux en mieux dans mon monde intérieur et dans le monde extérieur
- Oui, je sais que les magnificences de Dieu me sont révélées à travers mes yeux et je sens que ma vision devient de plus en plus claire encore, et je peux voir de mieux en mieux à présent.

**Ces auto-affirmations, nous devons nous les répéter matin et soir et avec émotion pendant 21 à 30 jours, avant que notre subconscient se l'approprie et nous mette en condition pour prendre enfin notre responsabilité et notre destin en main. C'est la puissance et la magie des affirmations positives et constructives.**

- **Voici un exemple d'affirmation puissante :** *'Seigneur Esprit-Saint, c'est aujourd'hui le 25 Décembre 2008, je suis pleinement dans mon esprit conscient et rationnel. J'occupe totalement et complètement ce corps physique qui est le mien. Par l'aide de ta puissance, Seigneur Esprit-Saint, je décide de prendre le contrôle de ma vie et de mon destin.'*

### **Installation de la corbeille des ordures et de l'incinérateur**

En revenant sur l'analogie faite entre l'esprit humain et l'ordinateur, il a été prouvé qu'au cours de nos activités quotidiennes, notre esprit conscient peut envoyer des fichiers non utilisés dans la corbeille ou il peut effacer des programmes spécifiques. Il peut aussi mettre en archivage des fichiers pour un usage ultérieur. D'où l'importance de créer une corbeille des ordures puis un incinérateur dans lequel les ordures envoyées à la corbeille seront jetées pour être incinérées.

**Pour ce faire, il faut créer l'affirmation suivante à envoyer à notre esprit :**

*'Je décide de créer une corbeille des ordures avec un incinérateur, pour y détruire et effacer les dossiers, directeurs de programmes et des renseignements. Installer ces*

*programmes dans l'esprit conscient, l'esprit subconscient, les archives et tous les systèmes d'exploitation, maintenant et en cet instant présent. Envoyez tous les dossiers qui ont été effacés des programmes et systèmes d'exploitation à la corbeille des ordures immédiatement. Videz la corbeille des ordures et envoyez tous les dossiers à l'incinérateur quotidiennement. Je vous dis infiniment merci pour votre précieuse aide.'*

### **Libération de l'emprise des personnalités multiples**

Les recherches ont prouvé que de nombreuses personnes fonctionnent sous la dépendance d'une légion de personnalités de bas niveau, cependant, très peu de personnes croient en ce concept. Ce sont ces personnalités de bas niveau qui prennent le contrôle de votre vie à votre insu, occasionnant de nombreux dysfonctionnements Comportementaux, de manque de confiance en soi, et beaucoup d'autres troubles psychoaffectifs. Ceci peut être la cause des échecs dans la vie de nombreuses personnes ou de nombreuses maladies de causes inconnues médicalement.

Ainsi, quand ces personnes arrivent à faire une bonne clarification et reprennent le contrôle de leur vie, des miracles s'opèrent dans leur vie.

Les cas les plus illustratifs sont ceux des enfants en situation difficile pour plusieurs raisons à savoir : enfant rejeté par l'un de ses parents avant la naissance ou à la naissance ; enfant rejeté par son entourage ou ses camarades ; enfant victime de différentes formes d'abus et de maltraitements. Alors dans sa solitude, cet enfant favorise la création de personnalités doubles dont la présence peut se manifester par des troubles du comportement, un dépaysement, une indécision, une tergiversation et une incapacité de prendre le contrôle de sa vie à l'adolescence et à l'âge adulte.

Car ces personnes qui fonctionnent sous l'emprise de double ou de multiples personnalités de bas niveau, peuvent s'ignorer. Elles peuvent paraître comme des manipulatrices alors que dans la réalité, ce sont des personnes qui ont peur d'être rejetées et pour éviter ce rejet, elles peuvent s'accrocher obstinément à ce qui semble sous leur contrôle. C'est ainsi qu'on rencontre des personnes qui se réfugient dans une

maladie. Il y en a qui peuvent s'accrocher à leur partenaire bon gré mal gré, de peur d'être repoussé ou abandonné.

Dans mon entourage proche, il y a eu des personnes qui étaient tourmentées de plusieurs façons par ces personnalités de bas niveau, et il a fallu des séances d'exorcisme par le prêtre de l'église catholique de la localité, pour libérer ces personnes de l'emprise de ces personnalités qui disaient, lors de la séance de délivrance, qu'elles étaient légion !

**Pour se libérer de l'emprise des personnalités multiples, il faut créer l'affirmation suivante :**

*'Je vous demande, Vous l'Esprit-Saint du Dieu Vivant, d'enlever les dossiers, les directeurs de programme et les personnalités multiples ou toute autre personnalité altérée ou déguisée qui contrôlent le cours de ma vie. Mettez-les dans la corbeille des ordures et envoyez-les dans l'incinérateur afin qu'ils soient brûlés, détruits et effacés à jamais de mon esprit conscient, de mon Moi central et de mon esprit subconscient qui opère tout dans mon passé, mon présent et dans mes lignes de temps futures. Je vous dis infiniment merci pour votre précieuse aide.'*

Une fois libéré de cette emprise, il est très important de créer une affirmation qui nous permettra de réinstaller un nouveau directeur de programme. De cela dépend la nouvelle programmation de notre vie actuelle pour un futur meilleur.

**Voici donc l'affirmation qui nous permettra de faire la paix avec notre vrai 'moi' :**

*'Conformément aux lois cosmiques, naturelles et au libre arbitre que Dieu le Créateur m'a conféré en tant qu'être humain, à la loi de la bonne action et avec le soutien de l'Esprit-Saint, je reconnais maintenant que je dois faire la paix avec mon vrai Moi. C'est ce que Je fais maintenant en cet instant présent. Je sais qu'en tant que le directeur du programme, vous faites le meilleur que vous pouvez avec les programmes qui sont à votre disposition et que c'est ma responsabilité de réclamer mon pouvoir personnel.'*

*Je veux que vous sachiez, vous mon vrai Moi, que je reprends maintenant tout mon pouvoir mais pas votre pouvoir. Je reprends le pouvoir qui est le mien depuis le*

*premier instant où mon a visité cette planète terre, et dans ce corps physique. Je n'ai aucune intention de vous endommager ou de vous détruire, parce que vous êtes une partie intégrante de mon équipe et j'ai grandement besoin de votre aide pour mon avancée vers la libération de toutes mes potentialités. Je sais maintenant que je dois être l'opérateur de l'ordinateur principal et le directeur du programme de ma vie dans toutes ses dimensions.*

*C'est ma responsabilité d'installer tout le nouveau programme maintenant. Je demande que vous vous absteniez de faire des jugements à ma place et de créer des personnalités de bas niveau astral et d'autres programmes défectueux. Je me réserve le droit de réécrire tout dossier conformément à mon plus grand bien. Je vous remercie pour votre aide précieuse. Je vous suis reconnaissant du fait que nous sommes maintenant une vraie équipe gagnante.*

*Je dois faire maintenant la paix avec mon vrai Moi. Du fait des faux renseignements, des fausses idées et contresens, j'ai senti que vous étiez un voleur et mon ennemi. Je reconnais maintenant mon erreur et Je suis à présent engagé à faire de vous mes amis.*

*Je vous prie sincèrement de me pardonner pour tout mal que j'ai pu vous infliger dans le passé, du fait de ma fausse idée de votre rôle dans ma vie.*

*J'ai besoin de votre aide car je sais que vous êtes vraiment une partie intégrante de mon équipe. Je suis rassuré que nous pouvons travailler maintenant comme une vraie équipe. Je vous accepte et vous aime. J'aime ma vie et me pardonne. J'installe maintenant ces nouveaux systèmes d'exploitation dans le dossier. Je vous remercie pour votre aide précieuse. Je vous dis infiniment merci pour votre précieuse aide.'*

Après avoir fait la paix avec votre vrai moi, il faut à présent convaincre l'Esprit Conscient de prendre le contrôle de votre vie et de s'engager pour réclamer le pouvoir personnel. Vous devez créer une affirmation pour vous aider à travailler avec votre Esprit Conscient, pour le convaincre qu'il n'a pas de choix, vous devez prendre le contrôle de votre vie maintenant.

**Voici l'affirmation :** *'Je suis totalement engagé à prendre maintenant ma responsabilité pour ma vie. Je réclame en cet instant présent tout mon pouvoir personnel et Je sais que je peux reprendre maintenant mon pouvoir et Je fais*

*maintenant cela. Je reconnais que je vous ai donné mon pouvoir personnel et je le réclame maintenant en cet instant présent. Je m'aime et me pardonne pour vous avoir donné mon pouvoir personnel. Je suis à présent totalement engagé à poursuivre maintenant ce programme. Je vous remercie pour votre aide précieuse. Je vous dis infiniment merci pour votre précieuse aide.'*

Une fois que nous avons pu convaincre notre Esprit conscient à nous aider à prendre le contrôle de notre vie, nous pouvons choisir la qualité de vie que nous voulons manifester. En ces derniers temps, notre monde traverse une crise économique mondiale et généralisée sans précédent, aussi bien dans le domaine énergétique, alimentaire et surtout monétaire. Or, le Succès financier est aussi notre droit de naissance. Oui, à chacun de nous est donné le droit à l'argent et à la richesse.

Nous avons tous un esprit millionnaire en nous, mais il est si dissimulé que nous ne savons pas même qu'il existe. Nous avons tous un rêve d'être un grand homme, une grande célébrité, un grand richissime de notre localité. Cependant, il y a quelque chose qui nous empêche de manifester ce rêve dans notre quotidien.

Nous avons déjà souligné plus haut, qu'il y a quatre types de personnes dans notre monde: les perdants qui ne verront jamais la lumière de succès de leur vie. Le second groupe est celui des victimes, qui voient que tout le monde les abusent, mais en réalité, elles sont la victime de leurs propres circonstances. Le troisième groupe est celui des survivants, ceux qui ont une chance de se réveiller et devenir vainqueur, parce qu'ils foncent tout le temps et avec persévérance, ils peuvent gagner. Le dernier, est le groupe des vainqueurs qui représentent 5% approximativement ou moins de la population.

Être une personne riche ne qualifie pas cette personne d'être parmi les vainqueurs. En effet, la richesse ne s'arrête pas seulement à l'abondance d'argent et de bien matériels. Il y a d'autres richesses que l'argent ne peut acheter. C'est paix, le bonheur, l'harmonie, la joie et l'amour inconditionnel.

Il existe beaucoup de gens riches qui gardent jalousement leur argent, avec la peur qu'ils aillent le perdre. Ils thésaurisent l'argent, au lieu de le laisser circuler.

Nous avons tous un esprit millionnaire mais la plupart des gens ne peuvent pas devenir millionnaire, parce que la majorité est programmée avec des croyances négatives au sujet de l'argent. Il est donc capital de créer une affirmation qui aidera à détruire tout programme négatif, pour en installer un autre positif en rapport avec la richesse monétaire. Cette affirmation est le commencement de sortir du trou de manque et de perte. Elle décrit toutes les croyances, concepts et interprétations que nous tenons au sujet de l'argent, de la richesse et des personnes riches qui nous entourent.

**Voici l'affirmation en question :**

*Je comprends que je suis sous l'illusion et la croyance que je ne suis pas destiné à avoir beaucoup d'argent, que je ne mérite pas d'avoir beaucoup d'argent, que je ne suis pas capable d'accepter la richesse monétaire, que je ne peux pas garder l'argent quand je le reçois, que l'argent est sale, que l'argent est la racine de tous les maux, que l'argent ne pousse pas sur les arbres, que nous n'avons jamais assez d'argent, que je dois travailler très dur pour gagner de l'argent et que Je ne veux pas être identifié à ces personnes riches qui sont avides, cupides et grisés par leur argent.*

*Mon ancien système de croyance me faisait croire que Les gens spirituels ne doivent pas avoir de l'argent. De même que Je ne peux pas être heureux sans argent, donc je ne serai jamais heureux. Que L'argent donne la liberté et comme je n'en ai jamais assez, donc je n'aurai jamais la liberté. Que Quand j'obtiens de l'argent, quelqu'un essaie toujours de le prendre de moi ou il y a toujours un évènement au travers duquel tout mon argent s'en va.*

*A présent je comprends que Ce sont toutes de fausses croyances, de concepts erronés et des programmes négatifs que j'ai acceptés comme vrai. Conformément à loi universelle de libre arbitre et la loi de la bonne action, je demande avec le secours de l'Esprit-Saint et du Père Eternel de capturer et de mettre en quarantaine ces faux et erronés programmes, croyances, concepts, attitudes et interprétations. S'il vous plaît Seigneur Esprit-Saint, effacez et détruisez tous les modes d'emploi, systèmes, et programmes erronés. Mettez-les tous dans la corbeille des ordures. Fermez-les à clé*

*afin qu'ils ne m'affectent plus jamais encore. Envoyez-les maintenant à l'incinérateur pour y être définitivement brûlé.*

*Je sais maintenant que c'est mon droit de naissance d'avoir beaucoup d'argent. J'accepte maintenant d'avoir de plus en plus beaucoup d'argent, et je sais que je mérite d'avoir beaucoup d'argent. J'accepte que les gens spirituels aient aussi droit à la richesse monétaire et matérielle. À moi aussi est donné le droit à la richesse et à une vie abondante. Je peux gagner beaucoup de l'argent, l'investir sagement et bénéficier de mes investissements. S'il vous plaît, Installez en cet instant présent ce programme dans tous les dossiers de l'ordinateur qui fait fonctionner mon Esprit. Je vous dis infiniment merci pour votre aide précieuse. Je m'aime et me pardonne pour avoir tenu ces croyances fausses et erronées.'*

À présent que nous avons repris notre droit à la richesse et à une vie abondante, nous pouvons agir sur d'autres aspects de notre vie.

Nous souffrons toutes sortes de troubles dans notre monde actuel, au nombre desquels on peut citer : les troubles digestifs, les troubles affectifs, les troubles psychiques, les troubles nerveux et le processus de vieillissement.

Par exemple, à cause des erreurs diététiques, un nombre croissant de personnes souffrent d'excès de poids ou d'obésité avec des risques de développer le diabète gras ou les maladies cardio-vasculaires.

Ainsi les gens qui souffrent d'un excès de poids, sont ceux qui ne digèrent pas bien la nourriture qu'ils mangent. Leur système digestif extrait uniquement des sucres simples de toute leur prise alimentaire et les met en réserve dans leur foie, ce qui ne favorise pas vraiment la perte de poids espérée. Avant que toute réduction du poids soit affirmée, ce programme doit être récrit et réinstaller.

**Pour ce faire, il faut créer l'affirmation suivante :**

*'Conformément à loi universelle de libre arbitre, je demande au dossier, au directeur du programme et avec le secours de l'Esprit-Saint, de désinstaller ce défectueux programme digestif qui ne me permet pas de digérer correctement les protéines, hydrates de carbone, graisses, huiles, fruits et légumes que je consomme dans*

*mon alimentation. Je reconnais que je n'assimile pas les éléments nutritifs de la nourriture que je mange.*

*C'est ce qui est à la base des troubles de transit, dont les selles dures et la constipation. Effacez et détruisez tous les modèles et registres, tous les modes d'emploi, systèmes et programmes. Mettez-les dans la corbeille des ordures et envoyez-les à l'incinérateur afin qu'ils soient définitivement brûlés. Je demande que vous installiez maintenant un nouveau programme digestif qui me permette de digérer les protéines, graisses, huiles, hydrates de carbone, légumes et fruits et d'assimiler maintenant tous les éléments nutritifs pour une parfaite santé.*

*Je demande que vous installiez maintenant ce programme dans tous les dossiers de l'ordinateur qui fait fonctionner mon Esprit. Je vous dis infiniment merci pour votre aide précieuse. Je m'aime et me pardonne pour avoir tenu ces croyances fausses et erronées.'*

Après ce nouveau départ pour une bonne assimilation des nourritures que nous consommons, nous pouvons voir devant nous de nouveaux horizons pour une espérance de vie prolongée. C'est vrai que le stress joue un rôle important dans la survenue de nombreux maux dans notre vie, mais dans le cas du processus de vieillissement, la libération des radicaux libres dans notre organisme, joue un rôle déterminant dans le processus de vieillissement en général et dans la survenue des maladies dégénératives en particulier.

Ainsi, du fait de l'acceptation générale que le vieillissement de notre corps est un processus que nous ne pouvons arrêter, notre esprit installe ce programme et notre corps dégénère avec l'âge. Et beaucoup de courants religieux contribuent à renforcer cette croyance.

Pourtant, de nos jours encore, il existe des peuplades, tels que les Hunzas, au Nord de l'Himalaya, qui semblent détenir des secrets de longévité. Nous pouvons donc dire que 'Vieillir' est un état d'esprit qui est contrôlé par notre propre programmation et qui peut être renversé.

À côté donc des sept principes fondamentaux de la vie que j'ai découverts, à savoir : l'Air frais et les Rayons solaires, l'Eau, le Repas complet, la Marche, les Relations d'amour, la Passion et un Bon sommeil

réparateur la nuit, il y a la création d'une affirmation puissante à envoyer à notre esprit, pour désinstaller tout programme de vieillissement précoce.

**Voici l’Affirmation pour désinstaller le programme du vieillissement.**

*‘Je reconnais maintenant que les sciences de la vie et la plupart des gens ont accepté le vieillissement du corps physique comme un processus inévitable. J’ai dû accepter que le vieillissement de mon corps ne puisse pas être ralenti.*

*C'est une croyance fausse et erronée. Je me rends compte à présent que ce programme peut être enlevé de mon esprit et de mon corps. Par le soutien de l'Esprit-Saint, je demande que mon 'vrai moi' et les Directeurs de programme capturent, mettent en quarantaine et enlèvent ce faux programme du système de fonctionnement de mon esprit avec tous les modes d'emploi qui indiquent que le vieillissement de mon corps ne peut pas être ralenti.*

*Fermez tous ces programmes à clé, scellez-les et mettez-les maintenant dans la corbeille des ordures pour qu'ils ne m'affectent plus jamais encore. Je demande que vous réinstallez un nouveau programme qui permettra à mon corps de renverser le processus du vieillissement. Je choisis à présent de jouir d'une santé parfaite avec une alimentation adéquate, des exercices physiques adéquats, ce qui me permettra d'avoir une santé mentale positive afin d'atteindre une espérance de vie de 100 ans au moins. Je vous dis infiniment merci pour votre aide précieuse.'*

Par la puissance de l'Esprit-Saint, nous sommes appelés à évoluer vers une élévation de notre esprit et de notre âme vers le statut du Christ-Jésus.

En imitant le Christ Jésus dans son enseignement et sa vie durant son ministère de vie publique, nous pouvons relever ce défi. Mais nous pouvons aussi créer une affirmation à envoyer à notre esprit.

**Voici cette affirmation :**

*‘Selon la loi divine de mon libre arbitre, avec le soutien de l'Esprit-Saint, je demande à vous Dossier et Directeurs de Programme, de bloquer tous les programmes des systèmes d'exploitation qui limite l'action du Divin Créateur et sa Présence dans ma*

*vie, afin d'activer à présent la manifestation de son dessein dans ma vie. A présent, je me rends compte que j'ai fonctionné comme un être humain qui n'a eues que des expériences spirituelles occasionnelles, alors que je suis avant tout, un être primordialement spirituel. Je vous prie de capturer et de mettre en quarantaine et d'enlever les programmes, modèles et registres qui veulent décourager, saboter ou bloquer la manifestation du plan divin dans ma vie.*

*Effacez et détruisez tous les programmes, modèles, registres et leurs modes d'emploi et mettez-les dans la corbeille des ordures. J'autorise à présent mon Divin Maître de s'installer en mon esprit et de me donner de conformer ma vie à l'image de la sienne, lui le Christ Jésus, mon Sauveur et mon Roi. Je sais que je suis un être spirituel vivant dans ce corps physique pour avoir des expériences physiques. Je fais maintenant cela. Merci pour votre aide. J'aime plus que toute chose, ma personne et ma vie et je me pardonne maintenant. Je vous dis infiniment merci pour votre aide précieuse.'*

L'utilisation de ces affirmations puissantes, positives et constructives, contribuerait à régénérer notre vie de fond en comble, et ce par la puissance vivifiante de l'Esprit-Saint du Dieu Vivant, Lui, le Maître de l'Univers visible et invisible, l'Architecte Suprême.

Mais, à l'application des autoaffirmations positives et constructives, il faut ajouter :

- **Action**
- **Persévérance**
- **Désir brûlant**
- **Courage**

### **Enfin, il faut pratiquer l'Entraînement mental**

Nous générons plus de 60.000 pensées aussi bien positives que négatives par jour. Mais comme la pensée négative est juste l'opposé de la pensée positive et que toutes deux créent notre réalité, alors nous devons entraîner notre mental à générer plus de pensées positives et constructives au détriment des pensées négatives et destructives.

Pour réussir une entreprise, nous devons générer une pensée positive et constructive en rapport avec cette entreprise et nous mettre en action.

En tant qu'être humain, nous avons le pouvoir de choisir le type de pensées que nous désirons parmi les milliers que nous générons chaque jour, malheureusement, ce n'est toujours pas le cas.

Nous devons donc entraîner notre mental à se focaliser sur les bonnes choses au lieu des mauvaises, sur les bons moments de notre vie au lieu des mauvais, sur ce que nous avons déjà réalisé et non sur ce que nous avons manqué de réaliser, sur ce que nous avons déjà ici et maintenant et non sur ce que nous aurions demain dans le futur.

Nous sommes donc souvent occupés dehors à faire beaucoup de choses, que nous passons à côté des moments fantastiques de notre vie.

Je veux vous poser une question, vraiment, quelle est la dernière fois que vous avez pris le temps de regarder les gouttes de pluie tomber du ciel ? Avez-vous jamais pris le temps de regarder un couple de colombes se donner à manger par des becquées ? Quand la pluie se met à tomber subitement, où se réfugient les margouillats ?

C'est magique de se donner parfois le temps de contempler la nature, de profiter d'une bonne brise du soir, de regarder les vagues se briser sur les berges de la plage, de contempler le paysage quand vous voyagez à bord d'une voiture, d'un train, d'un bateau ou d'un avion.

On dit qu'on apprécie vraiment quelque chose que lorsque l'on a perdu cette chose. Allons-nous attendre de perdre les belles choses que la vie nous donne avant de les apprécier ? Vous jouissez en ce moment d'une bonne santé physique, oculaire, mentale ou financière mais l'appréciez-vous à sa juste valeur ? Je ne crois pas. Cependant, il n'est jamais trop tard pour mieux faire, il n'est jamais trop tard pour changer ce qui n'est pas bon.

## ENTRAINEMENT MENTAL

Alors voici quelques moyens pour entraîner notre mental à générer le plus possible, des pensées positives et constructives.

- **Commençons notre journée avec sourire et gaieté** : notre journée entière dépend de la façon dont nous saluons notre journée. Une journée bien saluée nous apportera énergie et vitalité dans toutes nos entreprises et tout ira pour le mieux. Dès le lever, disons notre gratitude à Dieu pour la nouvelle journée qu'Il vient de nous donner, cela ne nous coûte pas grande chose de le faire et cela nous apporte beaucoup de bénédictions.
- **Demandons conseils** : seul Dieu sait ce qui se passera dans l'instant qui va suivre. Un petit temps de recueillement avant de nous lancer dans nos activités, sera bien apprécié par Dieu. Nous devons aussi avoir une foi inébranlable en Lui et rester confiant qu'Il est toujours prêt à exaucer nos demandes si elles doivent contribuer à notre bien. Et si Dieu est avec nous, qui peut être contre nous ? Car c'est lui qui combatta pour nous, comme Il l'a fait dans le combat qui a opposé David à Goliath.
- **Planifions notre journée à l'avance** : il est dit que si nous échouons de planifier alors, nous nous planifions à échouer. Nous devons donc savoir définir nos priorités, visualiser la mise en pratique de nos actions et développer nos stratégies. Nous devons apprendre à concentrer nos efforts sur les choses les plus importantes, mais dans le même temps, relaxons et profitons de la vie.
- **Lâchons prise en qui concerne la réalisation de notre projet de vie** : la vie est faite de hauts et de bas. C'est notre condition humaine. Nous ne pouvons pas être tout le temps en haut, il y aura des moments où nous serons en bas pour un temps, préparons-nous donc à accepter ces moments. Car

il y a des forces invisibles ou des circonstances hors de notre portée qui peuvent faire différer le moment où nous voulons voir se réaliser telle ou telle chose dans notre vie. Ne soyons donc pas trop stressés quand notre projet tarde à se concrétiser, trop de stress détruira notre santé et notre vie.

- **Essayons de nouveaux plans** : si nos premiers plans ne donnent pas les résultats escomptés, tirons des leçons d'eux et élaborons d'autres plans et mettons à nouveau ces plans en actions jusqu'à la réussite.
- **Trouvons un équilibre dans nos désirs** : nous vivons dans un monde de dualité, de succès et d'échec, de gain et de perte, de plaisir et de douleur, de joie et de tristesse, de bonheur et de malheur, de nuit et de jour, de mâle et de femelle, de l'amour et de la haine. Nous ne pouvons jamais avoir tout le temps de bonnes choses dans notre vie au même moment. Apprenons aussi que la vie peut réserver des surprises négatives. Même en amour, il y aura presque toujours quelqu'un qui sera blessé consciemment ou non par son amoureux ou amoureuse.
- **Soyons réalistes** : ne nous fixons pas des objectifs visiblement impossibles. Vous voulez par exemple réussir à un examen mais vous n'êtes pas prêts à faire l'effort nécessaire pour votre préparation. Vous désirez par exemple perdre l'excès de poids qui vous sape le moral mais vous refusez des efforts de privation de certaines choses dans votre régime alimentaire ou vous refusez de faire un peu d'exercice physique.
- **Connaissions-nous nous-mêmes** : personne au monde, sauf Dieu ne nous connaît mieux que nous même. Nous sommes uniques au monde. Cherchons à connaître nos passions, nos centres d'intérêts et nos préférences. Apprenons à passer du temps de bons moments avec nous-mêmes en lisant par exemple notre livre préféré, en écoutant notre musique

préférée. Connaissions aussi nos limites aussi bien physique, mentale qu'émotionnelle.

- **Aimons-nous nous-mêmes** : avant que quelqu'un d'autre nous aime et nous apprécie, c'est nous même qui avons le devoir de nous aimer en premier. Faisons des compliments sur nous-mêmes, remplissons notre cœur d'amour pour nous même.
- **Elaborons la liste de nos objectifs dans la vie** : nous devons nous familiariser avec notre projet de vie, les grandes choses que nous voulons accomplir dans notre vie et quelles sont les ressources nécessaires à leur accomplissement.
- **Associons-nous à des groupes de personnes positives** : c'est le pouvoir de ce que certains appellent 'cercle de compétence'. Faites donc alliance avec des personnes qui ont réussi dans un domaine qui vous intéresse et apprenez de ces personnes. Puisez dans leurs expériences.
- **Posez des questions** : oui, cherchez à poser des questions sur tout ce que vous ne comprenez pas. Cela ne signifie pas que vous êtes ignorants, seuls les ignorants pensent tout connaître.
- **Soyez ouverts** : nous ne pouvons jamais avoir la bonne réponse à tout, restons donc ouverts aux nouvelles idées.
- **Croyons aux autres** : c'est vrai que c'est difficile d'avoir confiance en tout le monde, mais quand vous arrivez à gagner la confiance de quelqu'un, le doute et les jugements négatifs disparaissent.
- **Riez beaucoup** : réjouissez-vous, amusez-vous, regardez du bon côté de la vie, faites-vous plaisir. Le rire est l'un des meilleurs remèdes. Que votre maladie soit physique ou émotionnelle, de bons moments de rire peuvent aider à foutre dehors de votre vie, l'anxiété, le découragement,

l'énervernement, le stress et partant beaucoup d'autres maux, car le stress à lui seul est à la base d'un grand nombre de problèmes de santé.

- **Pardonnez et oubliez l'offense** : l'amour et la haine sont les faces d'une même pièce d'argent. Et là où il y a deux êtres humains, il y a presque toujours offense. C'est donc important que nous apprenions à laisser place au pardon, quand l'offense vient ternir ce qui a été possible grâce à l'amour. Même si c'est impossible d'effacer le souvenir de l'offense de notre mémoire, nous devons apprendre à donner le pardon afin de recevoir à notre tour le pardon. Un chanteur disait un jour, que "Tout le monde est coupable" peu importe ce qu'il dit. La haine est aussi très forte que l'amour, mais on peut triompher de la haine et la remplacer par l'amour, en acceptant le chemin du pardon, car dans le pardon réside une force de guérison.

## **CONCLUSION**

Les autoaffirmations contiennent des pouvoirs cachés, et influencent grandement le cours de notre vie, qu'elles soient positives et constructives ou négatives et destructrices. Nous devons apprendre à élaborer le plus possible, que des autoaffirmations positives et constructives, afin de changer le cours de notre vie, en passant d'une vie d'échec, de désespoir et de manque, à celle de succès, d'espérance et d'abondance. Commençons dès cet instant présent, cette nouvelle expérience, en créant des affirmations en relation à tous les aspects de notre vie, et nourrissons notre esprit et notre mental par cette nourriture, qui demain, fera refleurir notre vie et nous permettre de manifester une vie abondante et transformée par le pouvoir caché des autoaffirmations positives et constructives.