

7 ÉLÉMENTS CLEF DE LA GUÉRISON

Voici les 7 éléments clef qui facilitent l'auto-guérison, quelque soit la méthode utilisée. Les deux premières s'adressent principalement aux patients mais toutes sont applicables aussi au thérapeute.

1. L'identification du désir de guérir

Identifier un désir pour quoique ce soit que nous voulions est un acte créatif. C'est diriger l'intention et se concentrer vers un résultat. Nous commençons à déplacer l'énergie de guérison vers notre intention.

2. L'identification et la libération du "solde" de la maladie

Quels "avantages" cette maladie nous apporte-t-elle? Aussi longtemps que nous aurons besoin de ce que la condition douloureuse nous procure, nous la maintiendrons en place. Porter notre attention sur comment cette condition nous sert encore rendra la guérison plus efficace.

3. Vivre dans un moment d'Amour Inconditionnel

Les guérisseurs disent que: «Seul l'Amour peut générer le feu de guérison.» L'essence de cette attitude est de laisser le Passé et le Futur pour amplifier l'amour du moment. Les expériences et études scientifiques sur la relation entre l'amour et la guérison sont édifiantes.

Simplement, chaque fois que nous faisons l'expérience, même un instant, de l'Amour inconditionnel, d'une Paix intérieure, de compassion, de pardon; nous sommes dans un profond état de guérison. Nous nous guérissons nous-mêmes et nous guérissons les autres.

4. La Foi

La Foi n'est ni un espoir ni un désir pour un événement à venir. **C'est un sentiment de certitude que le Futur sera au mieux, quoiqu'il arrive.** Quand nous avons la Foi nous sommes libres d'être en paix avec le Présent et d'oublier les blessures du Passé et les peurs de l'Avenir.

En espérant, en désirant, nous restons concentrées sur ce que nous n'avons pas et nous attachons notre esprit sur un résultat spécifique... il est alors facile de vaciller entre l'espoir et la peur, le Passé et le Futur, perdant ainsi notre habilité à rester en paix avec le Présent.

La Foi est le consentement et la confiance dans le processus créatif de la Vie.

5. L'Abandon

L'Abandon n'est pas la reddition à une défaite, **c'est plutôt un lâchez prise.** Ce n'est pas "perdre la bataille", mais s'en détacher. Nous pensons "nous battre" contre notre condition et nous utilisons souvent ce mot.

Choisissons nos mots avec prudence quand nous parlons de la maladie car nous décrivons la réalité que nous créons. Préférons nous "nous battre" contre le cancer, "en souffrir", "vivre avec", ou "guérir" du cancer? Pensons à l'implication du choix des mots parce qu'ils façonnent notre expérience. Toute condition que nous "combattons" est d'une certaine façon à notre service, nous l'entretenons.

Basculons l'attention du combat contre le mal pour embrasser l'Amour. Les voix de la bataille ne s'en vont pas, elles s'estompent en arrière-plan.

6. La visualisation de l'acte achevé

Au lieu d'attendre une guérison, il faut toujours la visualiser. Sans doute tenté de demeurer dans l'évidence des symptômes encore présents, imaginons les précisément, se séparant de nous ou étant déjà partis. Construisons cet imaginaire comme une routine quotidienne.

7. L'harmonie du groupe

L'opportunité de guérir offre un puissant avantage. **On a noté une plus forte proportion de guérisons lors de session de groupe qu'en travail individuel.**

Il y a une puissante amplification d'énergie quand un groupe d'esprits joignent leurs forces. Les guérisons en groupe créent un sol fertile aux auto-guérisons spontanés.

L'intention d'un groupe peut littéralement suspendre les règles du monde naturel telles que nous connaissons.

Nous avons tous le pouvoir de guérir même si nous ne nous voyons pas ainsi. Sachons que notre simple attention d'aider ajoute de la puissance au tout.

«... A partir du moment où quelqu'un tourne son attention vers l'aide et la guérison d'un autre, un échange énergétique entre les deux personnes a déjà commencé... La concentration de l'intention donne une direction claire, un flot d'énergie est créé, bien que peut être inconscient.»