

La thérapie de l'amour par télépathie.

Cette technique simple mais puissante nous permet d'envoyer de l'amour à nous-mêmes et aux autres. Elle a un effet profond sur nos relations avec les autres et favorise la guérison de notre moi intérieur.

1°) on commence par des êtres aimés

Pour envoyer de l'amour aux autres, vous devez d'abord détendre votre corps. Peu importe que vous soyez allongé ou assis, votre corps doit être dans une position confortable et détendue.

Lorsque vous calmez votre respiration, définissez vos intentions d'envoyer de l'amour à votre destinataire.

Ne laissez aucune autre forme de pensée vous distraire pendant cette thérapie. Concentrez-vous sur votre intention. Veillez à ce qu'elle soit inconditionnelle et bienveillante.

Ne forcez pas celui que vous visez à recevoir votre amour. Votre intention est de lui faire sentir que votre amour est disponible pour qu'il l'accepte s'il le désire.

Une fois que vous avez fini de vous préparer, concentrez-vous sur le destinataire.

Vous n'avez pas besoin de visualiser où il est ou ce qu'il fait en ce moment. Vous pouvez simplement avoir une image de lui dans votre tête.

Ensuite, pensez à quel point vous aimez cette personne pour éveiller l'amour que vous avez en vous. Vous commencerez à ressentir différemment. Vous pourriez vous sentir dépassé, mais ne laissez pas cela perturber votre concentration.

Maintenant, visualisez cet amour comme une forme d'énergie qui circule de l'intérieur de vous à l'autre personne. Laissez doucement l'énergie se déplacer de votre cœur vers le sien. Vous devriez être sensible à ce que la personne à qui vous l'envoyez ressent. Parfois, l'autre personne peut résister à votre amour. Si cela se produit, vous devez arrêter et réessayer à un autre moment.

Vous pouvez faire cette thérapie pendant quinze minutes à une heure. Il est également conseillé de la faire régulièrement pour établir une relation plus forte avec le receveur. Cependant, vous devez aussi prendre conscience des sentiments du receveur. Trop d'amour peut être étouffant, il est donc indispensable de savoir quand arrêter ou diminuer l'utilisation de cette thérapie.

2°) on continue sur soi

Pour vous envoyer de l'amour, vous pouvez commencer par faire la thérapie mentionnée ci-dessus.

Il est conseillé de s'entraîner à envoyer de l'amour aux autres avant de vous en envoyer. Quand vous pourrez envoyer de l'amour à votre receveur, ne fermez pas votre thérapie. Au lieu de cela, concentrez le flux d'énergie vers vous. Laissez cet amour vous remplir de l'intérieur. Laissez-le vous traverser et vous guérir.

L'amour de soi est une force puissante mais au lieu de paniquer ou de distraire votre concentration, laissez votre amour propre vous réchauffer à l'intérieur.

Acceptez-le avec des sentiments de joie et ressentez votre énergie s'épanouir. Si vous pratiquez constamment ce genre de thérapie pour vous, vous pourrez canaliser votre amour pour vous sans avoir à le partager avec les autres en premier.

Vous pourrez avant tout apprendre à vous aimer et à mieux vous traiter. Vous remarquerez un changement positif dans votre vie lorsque vous aurez développé votre confiance.

3°) on envoie de l'amour aux personnes qui en ont besoin

Idem que en 1, mais vous visualisez l'âme de la personne pour qu'il n'y ait pas la barrière du mental ;)