

NIVEAU SUBCONSCIENT

Représente l'expérience passée qui se reflète dans le temps présent
par la manière dont nous réagissons

I. ENTHOUSIASME

- Je me sens comme un verre de champagne. Ma vie pétille et scintille.
- Je peux chanter et danser de la joie d'être en vie. Imaginez, j'ai choisi de prendre part à une belle création.
- N'est-il pas fantastique de ressentir que j'ai un corps, une âme et un mental! Je suis tellement amoureux de ma vie que mon cœur bat la mesure.
- Je profite de chaque jour qui m'est donné.

I. HOSTILITÉ

- Mon corps se sent comme une armure et je me comporte comme un être sans pitié.
- Je suis dans un piège. Je ne peux aller nulle part. Tout le monde est sur mon dos. Je me sens placé-e dans une position dont il est impossible d'échapper, comme Gulliver prisonnier de petits monstres ayant une vue courte, me dictant comment je devrais agir.
- Comme je hais ce groupe. Je voudrais les faire payer, mais comment ? J'imagine des stratagèmes pour les abattre, mais je suis immobilisé-e et ne peux pas mettre un pied devant l'autre.
- Une armure, c'est aussi terrible que les armes.

II. ASSURANCE

- Je fais face à la vie, droit-e et fier-e. J'ai mes propres idées, mes propres pensées.
- Je ressens que je suis important-e car je peux partager ce qui est dans mon cœur et dans mon âme sans peur.
- Je sais que j'ai le courage de prendre des risques. Le risque d'être un être humain indépendant.
- J'ai le pouvoir de manifester mes idées sans écraser les autres.
- J'accepte sans scrupules les compliments que je mérite. Et j'accepte avec grâce l'aide dont j'ai besoin des autres pour me manifester.

II. PEUR DE PERDRE

- Lentement, je transpire des gouttes de sueur lourdes au goût amer.
- Je me sens abandonné-e dans un profond puits de peur. Je n'ai pas d'importance. Qui me voit ? Invisible parce que je me sens indésirable, je ne sens personne à qui je pourrais manquer parce que je n'ai aucune importance.
- Je retiens ma respiration. Je sens ma peur. Je me mets les bras autour de moi pour éviter de me perdre. Je me cache dans le recoin le plus profond de ma coquille.
- Mon corps est froid et moite comme si j'étais déjà un peu mort-e.

III. ÉGALITÉ

- Ma vie me colle comme un gant. Mon corps suit mes pensées. Mental et corps sont égaux.
- Je peux me faire totalement confiance parce que mes sensations ne m'abandonnent pas.
- Je n'ai rien à cacher, ni rien à exposer. Je suis qui je suis, égal-e à moi-même.

III. CHAGRIN ET CULPABILITÉ

- Je me sens comme une personne se noyant dans un lac de goudron et de larmes. Je ne peux nager et pleurer en même temps.
- Amorphe et paresseux-se, la vie se déroulant sur la plage n'est pas atteignable. J'ai abandonné.
- J'ai trahi ma vie par ma propre faute. Je ne mérite ni l'amour, ni l'acceptation.
- Mon bonheur s'est noyé. Je me sens comme un tas de misère, à peine humain.

INT

1. DIVERTI·E – AMUSÉ·E (Occupé·e agréablement)

« Touché·e par une Muse » (l'une des déesses grecques associées aux arts, au charme et à la beauté). Agréablement occupé·e, diverti·e.

- C'est une appréciation intérieure, **vous souriez la plupart du temps**, riant parfois même tout bas.
- Les situations ne sont pas toujours agréables et peuvent certainement apporter des surprises, comme par exemple aller costumé·e à une soirée alors que cette soirée n'est pas costumée du tout. Vous pouvez certainement vous sentir bête, ennuyé· ou embarrassé·e ou alors vous pourriez profiter de la soirée, vous détendre et **laisser la situation être ce qu'elle « désire » être.**
- Avoir un **mental joyeux et flexible**, c'est certainement avoir un mental plus paisible.
- Nous produisons sans effort ce que nous avons à donner aux autres pour qu'ils en profitent.

1. PIÉGÉE

(Pris·e dans un système se fermant rapidement)

Mis·e dans l'embarras, dans une situation sans issue.

- Emotionnellement, nous sommes **coincé·es dans une situation hostile** et nous ne savons pas comment en sortir. Ce peut-être parce que nous n'avons pas tenu nos promesses face aux exigences que les autres nous ont imposées.
- Nos parents, l'église et la société en général imposent des **normes de conduite** et de comportement et nous les acceptons comme étant vraies. Si nous ne tenons pas nos promesses face à ces exigences, nous nous sentons coupables, anxieux·ses et piégé·es. Nous pouvons même ressentir que nous leur devons quelque chose. La vérité, c'est qu'ils attendent quelque chose de nous.
- **Notre devoir de base et notre premier devoir, c'est de découvrir nous-même notre vrai soi et notre vrai potentiel.** Leur devoir à eux est de faire la même chose. Nous ne sommes pas né·es pour vivre la vie de quelqu'un d'autre à sa place. Nous sommes né·es pour apprendre et pour créer et non pour être attiré·es dans les illusions d'autrui.
- Demandez-vous : « Quelle vérité ai-je apprise à mon sujet dans cette situation ? »

1.1

EXT

2. JUBILANT·E

(Réjoui·e, manifestant une grande joie)

Chantant et dansant pour faire l'éloge » de quelque chose » et aussi, « montrant une grande joie ou triomphe, exultant, se réjouissant

- Extérieurement, vous vous fredonnez quelque chose à vous-même ou vous chantez. Vos pieds battent la mesure d'une mélodie silencieuse, **vous passez du bon temps.**
- Peu importe ce que vous faites au niveau conscient, cela se reflète dans l'ensemble de votre corps. Et tandis que vous fredonnez, l'ensemble des cellules de votre corps font de même de manière harmonieuse et guérissante.

2. HARCELÉ·E

(Qui harcèle par son côté répétitif et angoissant)

Transpercé·e de façon répétée avec quelque chose de tranchant

- C'est un comportement extériorisé, de sorte que **les autres nous voient et nous entendent nous plaindre** dans une tentative de nous donner raison et de donner tort à notre opposition...
- Si nous ressentons que nous sommes harcelé·es, c'est comme **quelque chose qui nous tombe toujours dessus, nous donnant des coups et nous poussant.** Si les autres n'étaient pas jaloux·ses, peut-être ils ou elles n'auraient pas besoin de nous démolir pour se donner de la valeur.
- Nous ne pouvons être harcelé·es que si nous acceptons ce rôle. Si les autres arrêtent d'écouter nos pleurnicheries et nos plaintes, nous arrêtons celles-ci (au moins pour un temps) et **nous tournons à nouveau en nous-mêmes.**

INT

3. ADMIRABLE

(Considé·e ave admiration et révérence)

Être regardé·e avec émerveillement,
respect, enthousiasme.

- «Admiré·e » d'après sa racine latine signifie littéralement « digne d'un second regard ». C'est une prise de conscience intérieure que vous gardez pour vous-même. Cela est plaisant, cependant, jeter un « second regard » intérieur à **l'interaction entre notre mental et notre corps** est la chose la plus importante et nécessaire pour comprendre notre relation à l'ensemble.
- La conscience agit à partir de l'intérieur de notre corps, produisant l'ensemble des diverses activités que nous aimons et qui façonnent notre vie. Ces actions peuvent être pleines de joie, extrêmement monotones ou même destructrices. Cependant, lorsque notre courant de conscience entre dans le courant physique de notre corps, communiquant et faisant des changements nous devrions certainement **considérer avec émerveillement, enthousiasme et respect la personne que nous sommes.**

3. EXPLOITÉ·E

(Traité·e peu équitablement, injustement)

Être malmené·e, maltraité·e

- Être mis·e dans une position de **faire quelque chose pour quelqu'un d'autre, sans avoir le choix en la matière**, c'est certainement être exploité·e. Nous sentons que quelqu'un nous a injustement défavorisé·e, et on nous a imposé quelque chose contre notre volonté ce qui n'est pas la vérité, n'est-ce pas ? Après tout, ce fut notre choix qui nous a fait atterrir dans cette situation avec cette personne.
- Ceci pourrait provenir d'une tendance de notre part à nous surmener pour les autres parce que nous détestons décevoir quelqu'un. Cependant, **le conflit apparaît lorsque nous ignorons nos propres besoins afin de donner quelque chose ou de nous accommoder à quelqu'un d'autre**, et qu'ensuite, nous avons du ressentiment. Et celles et ceux à qui nous nous sommes accommodé·es le ressentiront certainement.
- Notre vraie estime de nous-mêmes consiste à faire moins pour les autres et à permettre aux autres de faire plus de choses pour elles et eux-mêmes. S'ils ou elles désirent vraiment quelque chose, ils ou elles trouveront comment l'avoir sans nous imposer de devoir le trouver à leur place. **La chose importante, c'est que nous prenions soin de nous d'abord.**

EXT

4. SÉDUISANT·E – ATTIRANT·E (Capable d'attirer et attirant à soi)

Attirer de façon irrésistible

- Vous extériorisez ceci dans **votre apparence** : ayant fait du mieux que vous pouvez avec ce que vous avez, vous êtes au mieux de votre forme. Vous le savez et cela vous procure du plaisir.
- **Vous attirez aussi à vous les personnes et les situations qui vous soutiennent**, et qui soutiennent votre créativité et vos objectifs.
- Une personne est vraiment attirée par l'expression externe de ce que vous êtes intérieurement de toute façon. Alors **laissez votre moi intérieur briller**, que tou·tes puissent le voir.

4. FRUSTRÉ·E

(Voir ses objectifs ou ses plans bloqués)

Privé·e d'une satisfaction à laquelle l'on peut légitimement prétendre.

- Nous parlons ici **d'objectifs que nous croyons que les autres nous empêchent d'atteindre**, nous percevant probablement comme victime des circonstances au-delà de notre contrôle. Cette attitude suggère que nous **SOMMES** vraiment des personnes créatives, « attirantes » et « déterminées » alors qu'en réalité, **nous ne cherchons qu'à justifier le fait que nous n'atteignons pas nos objectifs.**
- **PAS D'EXCUSES !** Sortez de là et devenez **capable de courir le risque du succès et prenant la responsabilité de ce que vous créez** (ou, dans ce cas-ci, de ce que vous ne créez pas). Vous deviendrez plus fort·e pour le faire.
- Une fois que vous **dépassez vos illusions subconscientes et vos peurs réprimées** et que vous commencez à avancer dans une direction positive avec détermination, l'Univers viendra vous aider et vous soutenir.

INT

5. RAVI·E - ENCHANTÉ·E (Haut degré de plaisir et/ou de joie)

Embellir comme par l'effet d'une opération magique un lieu, un moment...

- Cette jouissance intérieure est si satisfaisante, et une telle source de bonnes sensations, que tout en vaut la peine. Par exemple, **chaque fois que les cellules du corps font bien leur travail** (travaillant vers le bien commun de l'entièreté de notre être), **ceci apporte certainement un sens de « joie »** qui irradie à travers tout le corps. Lorsque les cellules savent quel est leur fonction et qu'elles sont capables de le faire, elles travaillent en harmonie.
- Cependant, lorsque ces cellules tombent dans un état de dysharmonie énergétique, elles ne s'écoutent pas l'une l'autre et le résultat en est le malaise. **Nous ne pensons en général pas à notre corps**, à moins que nous n'ayons faim, que nous n'ayons besoin d'aller aux toilettes, ou que nous ne tombions malades.
- **Avoir de la reconnaissance pour le corps** et pour ce qu'il fait pour nous sera certainement entendu par lui et la réponse sera la joie. Faire son éloge lorsqu'il fonctionne bien peut nous prévenir d'une « grève cellulaire » plus TARD.

5. PRIVÉ·E – DÉPOSSÉDÉ·E (... par quelqu'un de quelque chose qui plaisait)

Dépouiller de la possession d'un bien humain ou moral ou d'une valeur spirituelle.

- Vous ressentez que d'autres personnes retiennent **quelque chose que vous désirez ou que vous avez besoin d'avoir**. Etat intériorisé, ceci signifie que nous nous sentez personnellement insulté·e, autant que dépossédé·e, à cause du refus de quelque chose que vous ressentez être vôtre.
- Nos actions dans la vie sont le résultat de la manière dont vous nous considérons la vie. La conscience de quelque chose de nouveau peut changer les choses pour un mieux. **Une constante, c'est que tout change toujours.**
- Remplacez de vieilles fleurs par de nouvelles et tout l'atmosphère de la pièce change. **Nous accrocher à l'ancien peut nous priver du nouveau...**une nouvelle expérience...un nouveau début. Nous ne pouvons aller de l'avant vers le nouveau que lorsque nous sommes disposés à **lâcher prise**, abandonner l'ancien.

I.5

EXT

6. STIMULÉ·E - ANIMÉ·E - EXCITÉ·E

(Être actif·ve, vif·ve)

Mis·e en mouvement

- Extérieurement, cela se voit dans votre manière de bouger, de respirer, dans l'enthousiasme avec lequel vous vous exprimez. C'est **contagieux, charmant**. Lorsqu'ils ou elles sont avec vous, les autres « attrapent » votre enthousiasme, et cela les rend enthousiastes.
- « Excité·e », c'est faire avec tout votre cœur ce que vous faites ici et maintenant dans le temps présent, avec ce que vous avez. Être désespéré pour les choses que vous ne pouvez pas faire, c'est épuiser vos énergies et c'est une perte de temps.
- « Excité·e » signifie **courir des risques, être ouvert·e et conscient·e** des nouvelles idées et opportunités.
- Peu importe ce que vous décidez de faire, faites-le avec **enthousiasme** et l'énergie nécessaire pour créer le **résultat positif** suivra.

6. SARCASTIQUE

(Dérision, ironie désagréable et amère)

Une remarque mordante ou incisive

- Nous ne pouvons ressentir des remarques incisives que si nous les personnalisons. La personne qui les envoie n'a aucun pouvoir de nous atteindre.
- Nous assumons à tort que les autres sont matures, raisonnables et plein·es de considération. En comprenant ceci et en ne personnalisant pas émotionnellement ce qui vous a été envoyé, cette information peut être votre protection.
- La cruauté de l'autre personne n'est pas votre problème ; le problème se trouve chez M. ou Mme Sarcastique. C'est une manière de **caché des conflits et des confusions intérieurs**. Cependant, si vous donnez du pouvoir à cette personne, vous prendrez personnellement ce qu'elle dit.

1.6

INT

7. VIBRANT·E – PLEIN·E D'ENTRAIN (Emplie de bien-être, d'enthousiasme)

Qui est ému·e violemment et manifeste dans sa voix et dans son comportement, sa passion, son enthousiasme.

- **Sensation intérieure de vie**, de bien-être pour ce que vous faites, ce que vous accomplissez et pour votre conscience accrue.
- Notre conscience doit inclure les deux polarités dans son fonctionnement afin de créer une tension entre elles. C'est de là que nous pouvons créer sans effort. Ceci créera une source d'énergie et un **pouvoir de motivation pour que nous poursuivions notre chemin** vers l'unité. La lumière électrique ne fonctionne que parce qu'il y a une tension entre deux polarités opposées.
- Notre défi, ce n'est pas d'éviter, mais **d'être disposé·e à faire l'expérience de tout**. A travers cette disposition à faire l'expérience, par exemple de la sensation de caractère vindicatif (la polarité opposée du caractère d'être en vie) vient et développe la conscience de soi.

7. VENGEUR/VENGERESSE VINDICATIF·VE (Enclin·e à se venger)

Qui dénote de la hargne, un désir de vengeance

- Vindicatif·ve provient du verbe latin qui signifie « **vous disculper vous-même, prouvez que vous avez raison** » ce qui signifie, bien sûr, que ceux qui sont dans l'opposition ont tort.
- Nous appelons ceci « prendre sa revanche ». Si vous êtes vindicatif·ve, **vous envoyez beaucoup d'énergie vers la personne à qui vous voulez donner tort**. Il y a beaucoup de chances pour que vous imaginiez des tas de choses vicieuses. Vous pourriez même décider de mettre ces plans vicioux en action.
- Cependant, si vous avez cette forte **connexion énergétique avec cette personne**, l'autre personne est maintenant en connexion avec VOUS. Elle peut maintenant vous prendre de l'énergie et vous perdez tout.

EXT

8. CONFIANT·E

(Conscient·e de son intégrité, sa force, ses capacités et celles des autres)

Disposé·e par nature à la confiance

- Nous sommes accessibles, sans réserve aux nouvelles idées et nous n'utilisons, ni ne cherchons la dissimulation car les nouvelles idées nous donnent **la force de faire et d'être plus**.
- Elles nous aident à **changer** la manière dont nous considérons les choses, dont nous pensons et sentons.
- Tandis que nos attitudes et nos points de vue changent, nous changeons aussi de la même manière.

8. RANCUNIER·E -RENFERMÉ·E

(Refusant de donner, d'accorder ce que l'autre veut)

Incapable de pardonner quelqu'un pour une action considérée comme un tort personnel.

- Quelle merveilleuse manière de prendre sa revanche. « Je ne dirai pas ce que tu as besoin de savoir et je ne te donnerai pas ce que tu désires ». Rancunier signifie que **vous savez ce qui est nécessaire et que vous refusez de le donner**. C'est la position de l'avare, du thésauriseur, de l'obstructionniste, de celui qui refuse / nie. Ceci fait surface sous la forme d'un comportement manifeste : rien de cela n'est caché.
- Cependant, retenir, refuser, se freiner de donner ou d'accorder quelque chose à quelqu'un, c'est vous refuser LA chose que vous désirez de cette personne. Pour rester en équilibre, **il doit y avoir un « donner et prendre » sain**. Ce principe existe dans toute la nature. Les Orientaux le décrivent sous la forme du Yin et du Yang. Dans la respiration, vous inspirez puis vous expirez.
- Donner tout le temps sans recevoir, c'est comme expirer sans arrêt et ne jamais inspirer, ce qui crée aussi – et très vite – un état de déséquilibre. **La clef se trouve dans l'harmonie et l'harmonie ne peut être atteinte qu'à travers l'équilibre**. C'est l'alternance des processus de rassemblement / lâcher prise qui maintient l'harmonie.

INT

1. MOTIVÉ·E

(Faire naître le motif, les raisons de quelque chose; susciter)

Être poussé·e à agir d'une certaine manière ; volonté stimulante

- Et qu'est-ce qui vous pousse ? Votre **enthousiasme**, bien sûr ! Vous êtes une personne de type « démarreur automatique », vous êtes en mouvement.
- **Vous savez où vous allez.** L'intention, ou la détermination, est la cause réelle de tout ce qui vous est arrivé. Être clair·e sur le résultat final est important. L'intention agit sur nous à partir du futur et fait que les choses évoluent vers un objectif donné.
- Notre **intention** de commencer, par exemple, une activité est encore dans le futur, mais elle est la **base du mouvement** qui nous motive à créer une existence active vers la manifestation de cette activité.

1. LÂCHÉ·E – DÉLAISSÉ·E

(Abandonner quelqu'un, le ou la laisser seul·e et démuni·e)

Désillusion, diminué en force, en énergie ou en puissance

- Quelle belle description de « non Motivé·e ! ». Si vous avez délaissé quelqu'un, parlez-lui en, **communiquez**. C'est un fait, **cela s'est passé**. Reconnaissez-le et continuez à avancer.
- **Ce n'est pas l'action extérieure qui vous apporte le malheur**, c'est votre sensation intérieure au sujet de cette action qui vous a fait mal.

II.1

EXT

2. AUDACIEUX·SE (Disposé·e à courir le risque)

Avoir le courage nécessaire de faire quelque chose

- Tout le monde peut voir cette prise de risque extérieure ; c'est quelque chose qui peut être admiré par vous-même et par les autres. **Les risques sont nécessaires pour grandir et rester en bonne santé.** Avoir l'audace de courir des risques stimule notre Corps Emotionnel, ce qui stimule les surrénales et des hormones de l'organisme, et cela se traduit par une action.
- Un·e jeune adolescent·e qui est **trop protégé·e** et ne court aucun risque finira par être dans **le corps d'un adulte avec le mental d'un enfant**. Parce qu'il ou elle n'a pas appris à faire face aux risques de la responsabilité, il ou elle sera un·e « invalide ».
- Les risques stimulent le corps et le mental et augmentent notre sensation d'être en vie. Allez de l'avant, soyez brave, assez pour courir le risque du succès. Chaque fois que vous voyez **quelqu'un qui réussit professionnellement**, cette personne **a un jour pris une décision audacieuse**. Et ce ne doit pas être quelque chose d'aussi grandiose que la conquête d'une montagne ; ce peut-être aussi simple que de courir le risque d'exprimer votre amour à quelqu'un.
- **Toutes les choses précieuses viennent avec une peur qui leur est attachée.** Nous méritons le droit de les avoir en ayant l'audace qu'il faut pour traverser la peur.

2. NON-ENTENDU·E

(Rejeter quelque chose sans même l'examiner)

Nous avons peut-être exprimé nos sensations ; ils ou elles n'ont pas (semblé) écouter

- Si vous avez l'habitude de vous sentir « non entendu·e », vous vous attendrez à être une fois de plus « non entendu·e ». Et vous vous attendez à ne pas être entendu·e, vous ne remarquerez probablement pas lorsque quelqu'un vous a réellement entendu·e.
- Et une fois de plus, **avez-vous osé dire vraiment la vérité**, ou l'avez-vous diluée en supposant que l'autre personne saurait comment vous vous sentiez ou ce que vous désirez vraiment ?
- Si vous avez utilisé **un message TU**, par exemple, « TU n'as pas bien fait cela » ou « TU ne tiens jamais compte de moi », vous ne créez que de la **résistance** chez l'autre personne, et elle cessera probablement de vous écouter, et une fois de plus, vous vous trouverez « non-entendu·e ».
- Ce serait mieux de **n'exprimer que ce que vous ressentez**, ce que vous désirez vraiment et ce que vous êtes disposé·e à faire pour l'avoir. Par exemple, « Je ne me sens pas à l'aise maintenant dans notre communication. J'aimerais vraiment entendre ce que tu as à dire et être clairement compris·e moi-même. Je suis disposé·e à cesser toute activité et à donner de mon temps et de mon attention pour **vraiment écouter et clairement énoncer mes besoins** ».

INT

3. PROTÉGÉ·E

(Être ou se mettre dans un état de bonne volonté)

Se sentir défendu·e ou gardé·e contre la perte, la contrariété, l'insulte, etc ; être « blindé·e » face à un accident ou un danger

- Ayant pris un risque – et ayant réussi- vous sentez que vous n'avez plus besoin de protection. Intérieurement, vous savez que **votre disposition à courir des risques est votre protection.**
- Si vous ne vous sentez pas protégé·e, vous pourriez être en train de créer une armure physique autour de vous, comme par exemple un **tonus musculaire dur**, ressemblant à un masque. (Les muscles sont l'extériorisation du mental ; cependant, une fois que cette armure est mise en place, le mental conscient n'a pas le même contrôle sur elle.)
- Une autre forme de protection physique pourrait être **l'excès de poids**. Il pourrait être intéressant de vous demander pourquoi vous avez besoin de ce type de protection et de Chercher un Système de Croyance sous jacent : une protection pour que les autres ne puissent pas profiter de vous ? Vous pourriez cacher des sensations d'insécurité en vous ou ressentir que vous « devez » toujours rester en contrôle. L'excès de poids pourrait être votre besoin de cette protection de sorte que les autres ne puissent profiter de vous, sexuellement ou autrement. Ce pourrait même être un test pour quelqu'un qui, vous croyez, ne vous aime que pour votre corps. Des **problèmes de peau** pourraient s'être développés suite à la sensation « je ne veux pas être touché·e ».
- **Allumez la lumière dans vos placards de dénis** et voyez si vous avez encore besoin de ce type de protection physique.

3. AMER·E

(Échauffé excessivement)

Avoir un goût âpre, désagréablement âcre dans la bouche. Caractérisé par un antagonisme ou une hostilité intense

- Si vous croyez que la vie vous a donné une pilule amère à avaler, que le monde est contre vous, rappelez-vous que **seul·e vous avez le pouvoir de faire le choix de quelque chose de différent.**
- **L'énergie suit toujours la direction de la pensée.** Lorsque la dépression arrive à flots, n'assumez pas que vous êtes la dépression. C'est seulement un état et c'est réellement quelque chose de séparé de vous. Si vous la considérez comme séparée de vous, vous pouvez la laisser passer.

EXT

4. INTRÉPIDE

(Qui ne tremble pas, qui demeure ferme devant le danger)

N'hésitant pas face au danger réel ou possible.

- L'implication de ceci : votre comportement est tellement sans peur qu'il en choque les autres (ceux qui n'auraient pas « l'Audace » de courir le risque du succès). « Intrépide » c'est **afficher votre vérité à la face de votre opposition**. Il n'y a aucun effort, tout se passe naturellement, puisque vous n'avez plus peur des conséquences négatives. Vous êtes « dans votre pouvoir »
- On nous dit de nous concentrer intrépidement sur le positif, et de ne pas nous étendre sur le négatif. Mais **la pensée négative est basée sur le déni** lorsqu'elle ne se centre que sur une partie de nous-mêmes. Puis, certaines parties de nous vont mieux et sont plus fortes, et d'autres parties sont refoulées dans un déni encore plus grand, créant des blocages. Si nous ne nous montrons que « **intrépide** » et que nous nions nos sensations intérieures de « **non intrépide** », nous attirerons sur nous l'effet opposé – celui que nous cherchons à éviter.
- Les parties niées cherchent à se faire accepter, et si elles ne le sont pas, elles pousseront des cris quelque part dans votre corps. Les parties de vous qui sont niées veulent être acceptées et reconnues. Nous devons **permettre à toutes les parties qui se trouvent en nous d'exprimer leurs besoins et leurs désirs** afin qu'elles fonctionnent pleinement et contribuent au bien-être de l'ensemble.

4. DÉSAPOINTÉ·E – DÉÇU·E

(Être trompé·e dans son attente ou dans ses espérances)

Quelqu'un a « échoué à satisfaire aux besoins d'une autre personne » (et dans ce cas-ci, vous).

- **Si vous dépendez des autres pour réaliser votre vie, vous êtes à leur merci.** Seul·e, vous pouvez réaliser votre vie. Si vous dépendez de quelqu'un d'autre pour votre bonheur et votre assurance et que ces personnes partent, elles prendront avec elles les choses dont vous dépendez. Et vous vous sentirez malheureux·se, pas très assuré·e, et vous partirez à la recherche de quelqu'un d'autre qui puisse satisfaire ce besoin en vous.
- **Votre bonheur et votre assurance doivent venir de l'intérieur de vous.** Si un ami part, vous pouvez être désolé·e du départ de cet ami, mais cela ne devrait pas perturber votre bonheur et votre assurance. Les attentes sont les illusions de la vie.
- Demandez-vous : « **Qu'est-ce qui me rend heureux·se lorsque je suis tout seul·e ?** »

INT

5. COURAGEUX·SE - BRAVE

(Qui encourage, qui incite à persévérer et qui apporte un soutien)

Faire activement « face à », ou endurer, quelque chose de menaçant.

- Intérieurement, maintenant, vous savez que c'est vrai : **vous avez l'assurance et la confiance en vous que vous avez toujours désiré avoir.**
- Cependant, si vous ne vous sentez pas menacé·e avant d'agir, vous n'êtes pas brave, vous faites simplement ce que vous faites.
- La plupart des gens ne veulent faire l'expérience que d'un seul côté (le « bon » côté) des choses et résistent à l'autre, or chaque polarité tire sa vie de son autre moitié et, **sans les deux pôles, nous ne pouvons pas être entier·es ou complet·es.**
- Reconnaissez vos sensations, car les sensations ne sont que des réponses (ni bonnes ni mauvaises). Permettez à votre corps physique d'exprimer la charge qu'il contient. Ceci vous mettra dans l'unité de **faire ce que vous désirez faire.**

5. MENACÉ·E

(Qui a des motifs de crainte)

Être menacé·e de punition, d'accident, de mort ou de perte.

- **La plupart des choses qui nous menacent n'arrivent jamais.** Mais l'illusion de pouvoir être meurtri·e fera que votre corps répondra comme si la menace était réelle.
- Combien de chevaliers ont-ils cru, en entrant dans une forêt sombre, qu'ils devaient être prêts à se battre contre un dragon effrayant ? Probablement beaucoup, si on tient compte de toutes les histoires qui se sont transmises au cours des temps. Contre combien de dragons se sont-ils réellement battus ? Probablement aucun, mais **c'est l'acceptation du mythe qui les a rendus si anxieux.**

EXT

6. CONSIDÉRÉ·E

(Qui nécessite le respect parce que réfléchi·e, circonspect·e)

Réfléchir prudemment à quelque chose, surtout dans le but de prendre une décision

- La racine latine du mot signifie littéralement « avec votre étoile ». Toutes les civilisations anciennes croyaient que chacun d'entre nous avaient dans le ciel une étoile spéciale qui nous représentait – et représentait notre maison d'origine, l'endroit d'où nous venions. Ayant la racine du mot d'origine à l'esprit, nous avons élargi la définition du mot considéré pour lui donner le sens suivant : **agir en accord avec « votre étoile », votre vérité individuelle, le désir de « votre cœur »**. Ceci implique que vous ayez fait votre choix.
- Faire un choix, c'est « **décider** » car il y a toujours deux (ou plus) possibilités parmi lesquelles choisir. Puisque nous n'avons pas d'autre choix que de décider (ou de ne pas décider, ce qui est aussi une décision), nous désirons au moins considérer prudemment les conséquences possibles de notre choix dans le but de prendre la décision la plus logique pour nous.
- **Notre choix ne concerne que nous**, notre étoile, car chacun·e d'entre nous a des valeurs qui sont différentes. Il y a d'autres personnes qui auraient fait un choix opposé. Dans les limites de la polarité, il n'y a ni bien ni mal, ni bon ni mauvais. Il n'y a que le choix et les conséquences de ce choix. Tout cela est **subjectif** et dépend du point de vue de la personne.
- L'objectif ici n'est pas de rester dans la zone de grisaille. **Faites un choix et acceptez la pleine responsabilité de ce choix et de ses conséquences**. Ensuite, vous pourrez profiter du « voyage » en pleine conscience. Ce sera le voyage le plus excitant que vous ayez jamais fait.

6. IGNORÉ·E – LAISSÉ·E POUR COMPTE
(Intensément chaud·e, incandescent·e)

Echouer à (vous) observer, percevoir ou considérer ; ils ou elles (vous) négligent ou ignorent .

- Lorsque personne ne voit comment vous vous sentez ou ce que vous faites, ils ou elles ne peuvent pas apprécier vos besoins, vos accomplissements ou votre désir d'être accepté. **Ils ou elles passent à côté de vous sans faire attention.**
- C'est une position extériorisée, ce qui signifie que vous vous plaignez et que vous pleurnichez sur le fait d'être « ignoré·e ». Il n'y a aucun doute à ce sujet : **vous n'êtes pas considéré·e comme étant assez important·e pour qu'on s'occupe de vous**. Tout ce que vous faites, c'est en vain. Bien sûr, une fois que vous vous attendez à être ignoré·e, vous ne verrez sans doute pas si quelqu'un vous regardait réellement en observant et/ou considérant vos intérêts et vos besoins.
- Passez du temps seul·e, considérant la direction dans laquelle votre vie s'est dirigée, **la direction que vous aimeriez prendre dans votre vie** et ce que vous êtes disposé à faire pour la créer.

INT

7. AFFECTUEUX·SE

(Qui marque ou manifeste un sentiment d'attachement)

Montrant ou recevant de la tendresse.

- «Affectueux·e» **ne parle pas de passion ou «d'amour»** (dans le sens possessif habituel du mot).
- L'affection c'est un regard tendre, la liberté intérieure **d'être simplement «avec»**, de toucher sans attente, d'embrasser sans implication.
- Il n'y a ici aucun double message, c'est simplement **l'appréciation honnête**, affectueuse d'un autre être humain.
- Ainsi lorsque des malentendus prennent place, pourquoi ne pas observer la situation à partir du point de vue de l'autre personne ?

7. EFFRAYÉ·E

(Épouvanté·e, chassé·e au loin par la peur)

Qui ressent une certaine appréhension, du découragement.

- Position intériorisée, «Effrayé·e» nous jette dans la peur de n'être jamais acceptables tels que nous sommes, de ne jamais réaliser ce que nous désirons réaliser. Nous nous tourmentons à ce sujet, **nous imaginons les pires conséquences possibles.**
- Intérieurement, nous vivons dans la terreur de « **ce qui pourrait aller mal** » et nous avançons avec une précaution extrême dans tous les domaines, surtout dans les relations personnelles.
- Notre PEUR nous fait **douter de toutes nos relations**, anciennes, nouvelles ou futures. Nous ressentons que nous ne pouvons pas courir le risque d'être «Affectueux·se». Si nous l'étions, nous pourrions être à nouveau meurtri·es, peut-être même plus que nous ne le sommes maintenant.
- Des mers calmes ne font pas de grands marins !!! Demandez-vous ce que vous pouvez apprendre de votre expérience.

EXT

8. FIER·E

(Ressentir de la satisfaction pour quelque chose d'estimable, d'honorable)

Qui a le souci de sa dignité, qui se respecte.

- Ne confondez pas ce mot avec le mot orgueil. «Fier·e» est **une sensation, une conscience** dans le moment du fait **que vous avez réalisé ce que vous désiriez réaliser**, de la manière dont vous désiriez le réaliser.
- Ce comportement extérieur permet à chacun de se sentir bien. Vous êtes «Fier·e» de ce que vous avez accompli, les gens qui vous aiment sont fiers de vous.
- Pour que la réalisation ait lieu, elle a eu besoin de **l'étincelle d'une idée** pour commencer. Elle est devenue plus claire (peut-être l'avez-vous couchée sur le papier ou en avez-vous parlé autour de vous ?). Ainsi **le plan fut créé** mais rien ne s'est manifesté tant que vous ne vous êtes pas **mis·e en mouvent** ce qui a créé la réalisation de l'idée.
- Lorsque nous restons centré·es sur notre objectif et que nous faisons confiance à notre plan, nous avons une bouffée d'idée et d'énergie. **Notre attitude à l'égard de notre centre d'intérêt devient de plus en plus stable jusqu'à ce qu'il devienne une réalité.** Nous passons toujours par ces étapes lorsque nous réalisons ce que nous voulons réaliser. Si ce n'est pas le cas, regardez l'endroit dans ce processus où vous êtes resté·e coincé·e.

8. MALVENU·E - INDÉSIRABLE

(Personne dont la présence n'est pas souhaitée)

En insécurité car non bienvenu·e, non accueilli·e.

- Le mot parle de lui-même : «Non-bienvenu·e». **Rien** de ce que vous avez fait, rien de ce que vous avez essayé de faire, **ne vous a rendu acceptable à leurs yeux**. C'est maintenant absolument sans espoir.
- Vous ne vous sentez en sécurité ou **accueilli·e dans aucune situation ou relation**. Votre attention se porte sur la peur de plus de douleur.
- «Fier·e»? Comment pouvez-vous être fier·e quand **la vie ne vous a rien apporté** si ce n'est le doute de soi et la peur? Que vous reste-t-il si ce n'est de dire que c'est vous qui êtes en faute?
- « **Faire** » **n'est pas « être »**. Les personnes authentiquement gentilles et leur gentillesse ne dont qu'une seule chose : elles sont unes. Elles ne peuvent s'empêcher d'agir avec gentillesse. Les gens qui sont vraiment malheureux ou confus à propos de qui ils sont, agissent avec cruauté. Leur négativité est acquise. Reconnaissez vos émotions négatives et rappelez-vous qu'elles ne sont pas vous, elles sont des négativités acquises.

11.8

INT

1. CHANCEUX·SE

(Conscience soudaine du bonheur, ici)

Idée de la surprise, de l'inhabituel comme dans «c'est mon jour de chance».

- C'est la conscience soudaine, dans le temps présent, de la **quantité de chance et de bonheur que vous pouvez avoir**. Le mot NE suggère PAS que cela se passe tous les jours. En fait, ce type d'événement heureux arrive si rarement que c'est toujours une surprise.
- Puisqu'il s'agit d'une conscience intérieure. «Chanceux·se» apporte **un sourire à notre soi** intérieur. Les choses relèvent la tête, elles vont bien, mieux que ce que vous espérez. Cette sensation **vous inspire**, vous fait frissonner, vous déplace vers l'état plaisant.
- Sans l'essayer, vous ne saurez jamais combien vous pouvez être chanceux·se. L'inventeur Thomas Edison a essayé des milliers de fois de créer l'ampoule électrique... un jour, il fut chanceux. Le considérer comme tel ne doit pas faire oublier que s'il le fut un jour, c'est avant tout parce qu'il était tenace et déterminé.

1. TRAHI·E

(Tromper la confiance, les espoirs et les attentes)

Infidélité des autres à maintenir un accord ou une relation

- CELA vous semble-t-il familier? Vous avez fait de votre mieux, et quelle fut votre **récompense? Rien!**
- Mais vous ne les avez pas trahi·es, ce sont **elles et eux eux qui vous ont trahi·e**. Vous, la partie innocente, vous avez fait tous les efforts, les autres n'ont rien fait. Vous pensiez avoir un accord. Apparemment pas. Est-ce de votre faute? Vous espérez être «Chanceux·se», au moins une fois dans une relation, mais c'est raté!
- Ce genre de questionnement constitue un **bavardage mental intériorisé** sans fin ni solution. Nous pouvons avoir ressenti la trahison de nos parents par exemple, mais devons-nous vraiment répéter ceci dans chacune des relations importantes que nous avons? Les schémas de survie originellement appris dans l'enfance, dans le but de nous protéger contre des torts réels, peuvent persister longtemps après qu'ils soient utiles, créant la **résistance face à de nouvelles expériences**.

III.1

EXT

2. COOPÉRATIF-VE

(Qui participe, qui se joint à l'effort d'autrui)

Agir ensemble avec bonne volonté
et vers un but commun.

- Il s'agit ici de «travailler ou agir ensemble» comme des ÉGAUX ou ÉGALES... ce qui complète la définition.
- Extérieurement, **nous agissons comme un-e Égal-e**, et non comme un-e patron-ne ou un-e esclave.
- Lorsque nous coopérons avec quelqu'un d'autre, il n'y a pas de mal dans le fait de désirer l'amitié, l'approbation, l'éloge, la sécurité.... Vous allez cependant vers des problèmes si vous avez besoin de ces choses de la part d'une autre personne et que vous devez vous soumettre à elle dans le but de les avoir.
- Vous ne devez rien aux autres, si ce n'est le fait d'être réellement vous-même... et c'est la même chose pour elles et eux.

2.VAINCU-E

(Qui a subi une défaite face à un-e adversaire, un-e concurrent-e)

Soumission de son autorité aux autres.

- Conquis-e signifie littéralement «être enlevé-e, être acquis-e par la force des bras».
- Vaincu-e ou conquis-e suggère que vous avez ressenti que vous étiez un-e partenaire égal-e dans une relation.
- Cependant, à ce point, vous avez abandonné la lutte et **vous avez soumis votre autorité** personnelle dans un effort de **trouver l'acceptabilité** que vous désirez si désespérément.
- Puisqu'il s'agit d'un comportement extériorisé, vous tournez en rond comme si vous portiez les plus lourdes des chaînes. Cependant, même si vous vous humiliez devant eux, y font-ils attention? Non! **C'est vous qui devez être coupable** et vous pleurez.

INT

3. IMPLIQUÉ-E

(Mettre beaucoup de soi-même dans ce que l'on fait)

Engagé-e vers l'accomplissement.

- Vous vous sentez **partie intégrante de l'activité**, à la base de votre **succès**. Ce n'est pas seulement rassurant, c'est motivant. Vous et l'activité, et toutes les autres personnes impliquées dans cette activité, vous n'êtes qu'un simple mécanisme aspirant à l'**accomplissement**.
- Il est aussi important de **nous impliquer dans notre propre bien-être**. C'est le seul moyen de prendre le contrôle conscient sur notre vie. Vous ne pouvez pas vous fier à aucune autorité, là, en dehors, pour savoir ce qui est le mieux pour votre corps. Les messages qu'il envoie ne sont pas ambigus au point que vous ne pouvez pas les comprendre. Il communique toujours quand il n'est pas dans son assiette.
- Chaque cellule de votre corps est impliquée dans sa survie. Souvent, la seule manière d'attirer votre attention est la douleur. **Plus vous communiquez avec votre corps, plus il vous sera facile de comprendre ses besoins et ses désirs.**

3. DÉCOURAGÉ-E

(Qui a renoncé à la lutte, à l'espoir)

Privé-e d'espoir et de confiance.

- Intériorisant l'état « Conquis-e ou vaincu-e », vos sensations d'imperfections et de **PEUR de plus de perte vous accablent**. Vous avez perdu votre sens d'être « Impliqué-e ». Vous vous sentez exclu-e, oublié-e.
- C'est extrêmement douloureux et **vous perdez votre confiance en vous**.
- Vous êtes disposé-e à faire un effort pour leur montrer comment ils ou elles vous ont meurtri-e, pour savoir s'ils vous rejettent vraiment ou non.
- **Il est temps de prendre position!** La CULPABILITÉ ne peut pas être seulement vôtre!
- Un **changement d'opinion ou de perception** vis-à-vis de la situation créera un changement dans la situation. N'essayez pas de changer les circonstances de votre vie mais votre attitude à leur sujet.

EXT

4. RÉSOLU·E

(Ferme dans ses décisions)

Ayant un objectif déterminé

- Chacun peut voir ceci dans votre comportement extérieur. Tout ce que vous faites, vous le faites dans la ligne de votre objectif. **Vous ne faites rien si ce n'est ce qui est nécessaire pour atteindre vos buts.**
- Vous **utilisez sagement votre temps**, de sorte que tout ce que vous faites est au bénéfice de votre progression.
- Chaque symptôme de votre corps a pour objectif, non pas de vous faire souffrir, mais de vous maintenir en vie et en bonne santé et pour nous amener vers une **compréhension innée du sens intérieur**. Nous devons découvrir qui nous sommes déjà.

4. INACCEPTABLE

(N'ayant pas reçu l'approbation ou la faveur)

Non reconnu·e et accepté·e

- Et bien, **nous N'avons PAS été reçu·e avec approbation ou faveur**, et ils ou elles n'ont pas répondu affirmativement à nos désirs. Apparemment, nous ne sommes pas acceptables, ce que nous faisons n'est pas acceptable, et ils ou elles ne sont plus acceptables à nos yeux!
- Nous aussi nous sommes «Résolus·e», après tout. Il est **temps de les confronter**, d'extérioriser une fois de plus (après tout, «ils ou elles devraient comprendre, n'est-ce pas?»).
- Que ceci s'extériorise sous la forme d'une confrontation réelle, d'une attitude exprimée ou sous la forme d'une conversation mentale avec nous-mêmes. ne fait aucune différence. «Inacceptable» se manifeste.
- Cependant, venant d'une position aussi faible, notre présentation, notre démonstration est **destinée à échouer**. Même s'ils manifestent de l'intérêt et de l'attention, nous doutons de la véracité de toute réponse positive, de toute réponse d'acceptation. **Même si nous avons réussi, nous ressentirions que nous avons échoué.**
- Vous pouvez **retrouver le pouvoir originel** que vous sentez avoir perdu, mais seulement par votre intention, vos efforts et votre détermination.

INT

5. FIABLE

(Qui est digne de confiance)

Prenant l'entière responsabilité.

- Votre dialogue intérieur affirme que **vous pouvez vous faire confiance** et que vous le faites. Vous savez que **vous remplissez toutes vos responsabilités** et vous êtes content·e de le faire.
- Le sujet ici est de **prendre la pleine responsabilité de vous-même et non des autres** ! Chacun·e doit résoudre ses propres problèmes afin d'apprendre à savoir ce qui est nécessaire.
- Si vous donnez un avis non demandé, l'autre personne peut correctement interpréter cet avis comme de l'hostilité et à tous les droits de refuser d'écouter car vous lui volez le droit de choisir. Les gens ne posent généralement pas de question tant qu'ils ne sont pas prêts à entendre la réponse. De même, si vous devenez trop protecteur ou protectrice, les autres ne peuvent apprendre à se protéger seul·es. **Ne servez que lorsque c'est approprié, c'est-à-dire quand on vous le demande !**

5. AUTO-PUNISSANT·E

(Qui réprime, sanctionne)

Se soumettre soi-même à la douleur, à la perte ou à la mort comme punition pour une certaine offense, infraction ou erreur.

- Puisque vous avez échoué à présenter votre cas de manière telle que vous receviez **l'attention et l'appréciation que vous désiriez**, vous prenez sur vous l'entière responsabilité de cet échec.
- Vous n'êtes pas la personne «Fiable» que vous pensiez être. **Mea culpa, mea culpa!** C'est votre faute et vous devez vous punir vous-même pour cet échec.
- Cette punition est intériorisée. Votre propre auto-langage négatif est **le fouet avec lequel vous vous flagellez vous-même** car vous êtes la personne qui sait le mieux vous blesser profondément.
- **Vous ne changerez pas votre vie par le raisonnement ou l'auto-punition mais seulement lorsque la vie que vous vivez maintenant ne peut être tolérée plus longtemps.**

EXT

6. CONCERNÉ·E

(Être intéressé·e par, avoir un rapport particulier avec)

Être en relation et connecté·e avec...

- La signification du mot est ici entièrement positive. Il signifie «**être en relation à, être connecté·e avec, être d'un intérêt ou d'une importance**» et aussi «une compagnie ou un établissement commercial ou de fabrication». Oui, c'est exact. Dans cette position nous nous occupons de notre vie et de notre business.
- «Concerné·e» c'est ce qui vous «concerne», c'est votre attention, ce qui remplit vos pensées. Cela signifie que **vous vous sentez connecté·e aux priorités que vous vous êtes mises à vous même** et que vous prenez la responsabilité de leur issue profitable.
- Puisqu'il s'agit d'un comportement extérieur, votre expression, votre attitude et votre concentration rendent évident, à toute personne impliquée, le fait que **vous faites vraiment attention, et que vous mettez toute votre attention sur toute chose en relation avec la réalisation de vos objectifs mutuels.**

6. DÉMORALISÉ·E

(Littéralement : «perdre le cœur, ou cœur brisé»)

Être déprimé·e, à cause d'une perte d'espoir, de confiance ou de courage.

- Comportement extériorisé, **notre cœur blessé nous fait tourner en rond**, la tête basse, en Troisième Niveau de Stress, soupirant. Les larmes sont proches, elles coulent de manière incontrôlable.
- **Nous voulons qu'ils voient la souffrance qu'ils nous ont causée.** Remarqueront-ils que vous êtes si terriblement «Concerné·e», qu'ils ont tellement d'importance à vos yeux, y feront-ils attention? Non, ils ne le feront pas.
- **Votre corps est aussi concerné par tout ce qui peut menacer la vie.** Il est prêt à attaquer tout envahisseur et guérir toute meurtrissures. Toute image créant une menace ou une douleur émotionnelle restera aussi proche de votre conscience afin de vous maintenir sur vos gardes contre ce qui peut vous faire du tort. Si votre corps sent que ce qui se passe dans l'instant est une menace, il refera l'expérience de toutes les sensations qu'il a ressenties dans le passé à l'occasion d'événements similaires.
- Un exemple : si vous avez été battu·e ou moqué·e dans l'enfance, le souvenir peut encore vous mettre mal à l'aise chaque fois que vous intégrez un nouveau groupe de gens. Une fois que l'impact émotionnel a été défusé, le cerveau ne voit plus cette image comme une menace, il va commencer à l'ignorer et cessera d'être concerné par cela comme étant une menace à la sécurité de votre corps.

INT

7. SINCÈRE

(Libre de supercherie ou d'hypocrisie)

Absolument pur de cœur et d'intention.

- Nous parlons ici d'une réalité intérieure. **Vous savez que votre cœur est pur** sur cette question, vous ne jouez pas de double jeu. Vous êtes franc et franche, direct-e et totalement honnête.
- *La maladie a une manière de nous rendre honnête.* Là où ce peut être difficile pour nous de parler librement de nos sentiments les plus profonds, nous pouvons parler de nos symptômes dans les détails. C'est une **manière de parler de nous aux autres**, alors même que nous sommes en déni avec nous même. Nous avons du mal à reconnaître que nous n'avons pas encore résolu le problème qui s'est manifesté dans le corps sous la forme de ces symptômes.
- Ironiquement, c'est la maladie qui nous rend finalement guérissables, à un niveau bien plus profond que le simple niveau physique. Une fois que nous voyons sincèrement ce que **la maladie a à nous raconter**, elle peut être notre tournant, une porte qui nous conduit à plus d'unité. **La douleur** n'est pas là pour nous faire nous sentir misérables : elle est là pour **nous rendre plus alertes, plus conscient-es.**
- Demandez-vous : « Quel est le déni qui se trouve derrière ce symptôme ? » Connaître la réponse vous permettra d'être finalement libéré-e.

7. ABATTU·E

(Qui a succombé dans une bataille)

Privé-e de quelque chose d'attendu

- C'est ce que nous intériorisons, c'est ce que nous en pensons, c'est par cela que nous sommes obsédé-es.
- Nous avons **lutté pour être reconnu-es comme étant important-es**, dignes d'attention et **nous avons perdu.** Nous ne savons que dire ou faire d'autre. Nous commençons à douter de nous et à perdre de l'énergie...
- Cependant, si nous **restons en contact avec notre objectif** et nous faisons confiance à notre plan, si nous pensons créativement à la manière dont nous pouvons faire les choses plutôt que d'abandonner, nous aurons une impulsion ou une idée qui changera notre attitude et, par là, notre stabilité pour atteindre notre objectif.

EXT

8. PRODUCTIF-VE

(Qui permet d'obtenir de hauts rendements ou une forte reproduction)

Capable de produire, générer, créer abondamment

- Vous avez fait ce que vous aviez l'intention de faire, et vous l'avez bien fait, de bon cœur et avec une intention positive. Ceci s'extériorise dans chaque mot, mouvement, attitude. **Votre vie a démontré sa vraie valeur.**
- Notre productivité n'est pas apparue sans souffrance due à nos erreurs sur le chemin de la vie. On se sent ruiné-e ou anéanti-e lorsque l'on cherche trop la sécurité. **Ce sont les erreurs qui nous rendent productif-ve.**

8. ANÉANTI-E – RUINÉ-E

(Être réduit-e en ruine, être dévasté-e)

Perte complète de santé, d'espoir, de la position. Chute et décadence de tout

- **C'est la fin.** Il n'y a plus aucune raison d'essayer d'être encore «Productif-ve». Et, c'est tellement douloureux, si terriblement déprimant, que nous nous soumettons totalement plutôt que de courir le risque de plus de douleurs.
- Ceci s'extériorise dans notre comportement et **nous marchons la tête basse**, nous nous affaïssons, nous broyons du noir, nous imaginons la «Ruine» dans tout ce que nous faisons. Que reste-il si ce n'est de sombrer au fond du puits ?
- Vous avez maintenant l'occasion de **regarder en vous** pour écouter avec tous vos sens et entendre ce qu'il se passe en vous car c'est le seul endroit où **vous allez trouver les réponses** qui vous permettront de dépasser votre position actuelle.