

Soigner son enfant intérieur, La base

Nous avons tous une enfance qui n'a pas répondu forcément à nos attentes, et notre inconscient a gardé ça en mémoire.

Le problème de ces mémoires, c'est qu'elles pèsent et qu'elles attirent à vous ces carences affectives.

Nous attirons à nous ce que nous vibrons, ainsi si votre cœur n'est pas rempli d'amour, vous allez attirer à vous forcément quelqu'un dont son cœur n'est pas rempli d'amour.

C'est comme ça que l'on retrouve les pervers narcissiques, les jaloux, les manipulateurs... **aussi bien au masculin que au féminin.**

Il n'est jamais trop tard pour changer les choses !

Nous sommes tous constitués de la même façon, et nous sommes complets.

Non seulement nous sommes complets, mais nous sommes reliés au tout, à la source, à l'essence même de la vie.

Ce qui veut dire que vous avez tout ce qu'il faut pour vous remplir d'amour ici et maintenant.

Un exercice que je conseille à toute personne qui ont quelque chose à reprocher à leurs parents, ou qui ne se sentent pas épanouis de leur enfance.

Vous posez vos mains sur le plexus solaire, et vous, la personne que vous êtes aujourd'hui, avec toute la connaissance que vous avez acquise et la conscience que vous avez, vous parlez à vous, quand vous étiez gamin.

Vous parlez à la deuxième personne du singulier, et vous

rassurez cet enfant.

« Tu as fait du mieux que tu as pu, tu as un papa et une maman qui ont fait du mieux qu'ils ont pu avec ce qu'ils savaient, avec ce qu'ils étaient, quand ils t'ont élevé. »

« Tu es un enfant de l'amour, tu as droit à l'amour, et je t'aime. »

« Tu as le droit de t'exprimer à travers moi, nous sommes sans limite toi et moi, nous pouvons jouer dans ce jeu d'incarnation, sans se soucier du regard des gens... »

Et autant de phrases que vous trouverez, qui peuvent remettre de l'amour...

Vous faites ça le matin et le soir, quand vous êtes dans les bouchons, sur la route dans la voiture, dans la queue à la caisse du magasin à faire vos courses, à la sortie de l'école à attendre votre enfant, peu importe... **faites le dès que vous êtes seul face à vous-même.**

**L'enfant intérieur garde les mémoires,
mais vous avez le pouvoir de les corriger.**