

Travail avec le pardon

1^{ère} partie

* *Je demande pardon à _____, aux circonstances et aux évènements qui ont perturbé mon corps et mon âme.*

* *Je pardonne à _____, aux circonstances et aux évènements qui ont perturbé mon corps et mon âme.*

* *Je me pardonne d'avoir laissé _____, les circonstances et les évènements perturber mon corps et mon âme.*

Répéter ces 3 phrases 9 fois de suite comme une prière, pendant 9 jours.

Travail avec le pardon

2^{ème} partie

1. Placer devant soi, ou visualiser « l'objet de la libération » (la personne).
2. En même temps que l'on dit la 1^{ère} phrase, et en partant de devant son plexus solaire, tracer avec la main droite la 1^{ère} boucle d'un huit couché, autour de « l'objet de la libération ».

Je te donne les énergies que tu m'as données, car tu en as besoin pour continuer ton chemin.

3. En même temps que l'on dit la 2^{ème} phrase, amorcer la 2^{ème} boucle du huit couché en le traçant autour de soi avec sa main gauche + main droite en relais, puis le terminer en revenant au point de départ (devant soi).

Je reprends les énergies que je t'ai données car j'en ai besoin pour continuer mon chemin.

4. En disant la 3^{ème} phrase, tracer à nouveau autour de « l'objet à libérer » la 1^{ère} boucle du huit couché, en partant du plexus solaire.

Je t'aime, je te pardonne et je te libère.

5. En disant la 4^{ème} phrase, continuer de tracer la 2^{ème} boucle du huit couché autour de soi,
puis terminer au point de départ.

Je m'aime, je me pardonne et je me libère.

6. Avec le tranchant de la main droite, en même temps que l'on dit la 5^{ème} phrase, couper le huit couché à la jonction des 2 boucles.

Je coupe le lien négatif qui nous unissait, et je te confie à l'énergie source.

7. On place les 2 mains dos à dos, et on les sépare pour qu'il y ait réellement coupure ou libération du lien négatif.

8. Visualiser ou placer « l'objet de la libération » dans une bulle de lumière, et imaginez la s'élever vers le ciel pour disparaître dans l'univers.

Répéter 1 fois pendant 3 jours de suite le 1^{er} mois / puis, 7 jours de suite le 2^{ème} mois / et enfin 12 jours de suite le 3^{ème} mois.