

# CONSEILS POUR DES AFFIRMATIONS POSITIVES EFFICACES



*par Monique Mathier*

Les Êtres de Lumière répètent souvent : le doute est un frein, un obstacle aux affirmations. Donc prononcer les affirmations en conscience et sans émettre de doute a un impact beaucoup plus important.

Il ne suffit pas de les formuler une fois de temps en temps, il est conseillé de les formuler tous les jours, et même plusieurs fois de suite (7 fois chacune par exemple).

Ajouter aux affirmations les mots « Dieu je suis... et «

j'affirme... par la puissance de Christ en moi » leur donne plus d'énergie.

De préférence, ces phrases doivent être formulées à voix haute, car les mots et les sons émis par les mots leur donnent une grande puissance.

Il est important de ne jamais utiliser des mots « inférieurs » tels que : pas, plus, ne pas, ne plus, jamais, malade, etc., et même « guéri » ou « guérison » car ces mots sous-entendent « maladie » ou « malade ».

Exemples :

- Ne pas affirmer : « je suis totalement guéri, ou : je ne suis plus malade, » mais affirmer, « Dieu, je suis en parfaite santé », même si, sur le moment, ce n'est pas le cas.
- Ne pas affirmer : « je n'ai pas peur ou je n'ai plus peur », mais affirmer « Dieu, je suis confiance et foi ».

Il est également suggéré de faire l'affirmation suivante 7 ou même 21 fois.

« Je régénère mes cellules en permanence dans l'Amour et la Lumière »

Cette affirmation ainsi formulée est « enregistrée » par le subconscient et agit sur la régénération des cellules. Il n'est pas besoin d'avoir des problèmes de santé pour la formuler. Elle permet aux cellules d'être régénérées en permanence, ce qui permet de rester en bonne santé ou de l'améliorer, et même de ralentir le vieillissement.

Que la confiance et la foi soient en vous en permanence.

*Vous pouvez reproduire ce texte et en donner copie aux conditions suivantes :*

- *qu'il ne soit pas coupé*
- *qu'il n'y ait aucune modification de contenu*
- *que vous fassiez référence à notre site <https://ducielalaterre.org>*
- *que vous mentionniez le nom de Monique Mathieu*

[widget id= »custom\_html-14”