

ATELIERS SUR LES LECONS DE VIE DE LA PROPHETIE DES ANDES

QUATRIEME REVELATION : La lutte pour le pouvoir

RESUME DE LA QUATRIEME REVELATION

La quatrième révélation explique que les êtres humains se sont souvent coupés eux-mêmes d'une connexion intérieure avec cette énergie mystique. Le résultat est que nous avons eu tendance à nous sentir faibles et peu sûrs de nous-mêmes, et que nous avons souvent cherché à récupérer des forces en nous procurant de l'énergie auprès d'autres êtres humains. Nous le faisons en cherchant à manipuler ou à absorber l'attention de l'autre. Si nous pouvons forcer son attention, alors nous sentons qu'il nous donne du tonus, nous rend plus forts grâce à son énergie, mais évidemment cela l'affaiblit. Souvent les autres réagissent contre cette usurpation de leur force, créant ainsi une lutte de pouvoir. Tous les conflits en ce monde proviennent de cette bataille pour l'énergie humaine.

La quatrième révélation nous apprend que nous sommes en compétition les uns avec les autres pour acquérir de l'énergie. Nous faisons cela inconsciemment chaque fois que nous rencontrons autrui. En observant nos propres interactions et celles des autres, nous pouvons devenir conscients de cette lutte acharnée et commencer à comprendre ce qui sous-tend les conflits humains. Lorsque notre conscience progressera, nous nous rendrons compte aussi que l'énergie obtenue de cette façon ne dure pas très longtemps. Puis nous découvrirons que la véritable énergie que nous cherchons provient d'une source universelle. Nous n'avons pas besoin de la soutirer à une autre personne.

Plus nous comprendrons notre tendance à vouloir contrôler, affaiblir, devancer et soupçonner les autres, plus rapidement nous nous débarrasserons de ces habitudes.

La lecture des pages 102 à 113 nous éclaire de manière un peu plus détaillée avec des paragraphes consacrés à :

- La lutte pour le pouvoir
- La petite enfance
- La vie quotidienne est un échange d'énergie
- Comment mettre fin à notre demande d'attention
- Les états du moi
- L'état du moi parental (intimidateur, interrogateur)
- L'état du moi infantile (victime, indifférent)
- L'état du moi adulte (ici et maintenant)
- Les luttes de pouvoir et les états du moi
- Les jeux que nous jouons
- Quand les autres nous donnent volontairement leur énergie et leur pouvoir
- Se débarrasser du besoin de dominer

Il apparaît donc souhaitable que chacun(e) relise ces pages tranquillement pour s'en imprégner davantage ...

De même il est préconisé de faire, à la suite de cet atelier, toujours de manière individuelle, les exercices suivants (des pages 115 à 120), qui sont des suggestions pour augmenter notre prise de conscience.

Exercice 1 : Découvrez les obstacles que vous placez vous-même sur votre chemin.

1^{ère} partie : Les obstacles

2^{ème} partie : Comment les renverser

Exercice 2 : Six résolutions qui vous aident à rester relié à l'énergie universelle

Je vais devenir plus conscient de ma propre énergie.

J'ai une forte connexion interne avec mon moi supérieur.

Je prends les meilleures décisions quand je suis connecté avec ma sagesse intérieure.

Une fois que j'ai pris une décision, je la mène jusqu'au bout en agissant de façon appropriée.

Je prends le temps de réfléchir aux décisions importantes.

Je suis convaincu que ma démarche va m'amener à une façon de vivre plus enrichissante.

Exercice 3 : Adopter de nouveaux comportements

COMMENT CANALISER VOTRE ENERGIE ET LA LAISSER COULER LIBREMENT

Méditation pour vous relier à votre sagesse intérieure

Première étape :

Asseyez vous ou étendez vous dans une position confortable où vous ne serez pas dérangé pendant quinze ou vingt minutes. Soyez attentif à votre respiration et inspirez profondément plusieurs fois. Laissez votre corps se détendre et votre esprit s'apaiser. Laissez passer chaque pensée qui vient dans votre esprit. Continuez à laisser vos pensées défilier dans votre tête et disparaître sans vous attacher à aucune.

Deuxième étape :

Ramenez maintenant votre attention au centre de votre être, où qu'il se trouve. Imaginez que votre sagesse intérieure réside en cet endroit précis, profond et calme. Là, vous pouvez poser toute question ou évoquer tout problème sur lesquels vous aimeriez en savoir davantage. Demandez à votre sagesse intérieure : « Que dois-je savoir ici , Qu'est ce que cette situation essaie de me dire ? » Ecoutez calmement tout message provenant de votre intuition. Souvenez-vous de toutes les suggestions vous incitant à entreprendre une action. Quand vous vous sentez satisfait, mettez fin à votre méditation.

Troisième étape :

Entrez les actions que votre intuition vous suggère. Si vous êtes sur la bonne voie, vous vous sentirez plus vivant, des portes s'ouvriront devant vous et les coïncidences se multiplieront.