

Aide à la déclaration de recadrage

1. Même si je ne comprends pas pourquoi, je reconnais maintenant que mon âme a créé cette situation pour ma croissance spirituelle, et que j'ai reçu exactement ce que je voulais inconsciemment.
2. Je renonce mon besoin de rendre _____ responsable de mon malheur.
3. Je suis disposé-e à considérer la possibilité que j'ai demandé à _____ de m'apporter cette expérience afin que j'apprenne / je grandisse / je m'éveille / j'évolue et me développe dans l'Amour.
4. Je vois maintenant que cette situation me donne l'occasion de guérir la perception erronée que je suis séparé-e et seul-e.
5. Je suis maintenant prêt-e à annuler mon contrat avec _____ et à renoncer à mon besoin inconscient de rester une victime.
6. Je me rends compte maintenant que _____ reflétait pour moi ma propre haine de moi et me donnait l'occasion d'aimer la partie de moi-même que j'avais refusée, réprimée et projetée sur elle-lui.
7. Je suis maintenant disposé-e à renoncer à mon besoin de juger la situation comme bonne ou mauvaise, légitime ou injuste. Même si je ne peux pas expliquer comment ou pourquoi, je permets simplement que la situation soit parfaite telle qu'elle est.
8. Je suis maintenant prêt-e à m'ouvrir à l'idée que cette personne m'aide à me reconnecter à ma vraie nature qui est l'Amour et à accéder à la puissance en moi.
9. Je reconnais maintenant qu'en pardonnant _____, je me suis pardonné-e.
10. Je suis maintenant en mesure de libérer le besoin de blâmer et d'avoir raison à ce sujet, et je suis prêt-e à voir la perfection dans la situation, telle qu'elle est.
11. Je réalise maintenant que _____ jouait un rôle pour moi et que nous jouions chacun nos parties respectives, du contrat d'âme que nous avons fait avant de nous incarner. Par conséquent, tout était parfait et il n'y a rien à pardonner.
12. Je reconnais qu'en retenant mon amour pour _____ (en jugeant), je retenais également mon amour pour moi-même. Je le-la laisse être tel-le que Dieu l'a créé-e et je renonce à mes attentes et à mon besoin que _____ soit différent-e.
13. Au lieu de vivre en me posant la question de la victime – POURQUOI ? - je choisis maintenant de vivre en me demandant en quoi est-ce un cadeau pour moi d'avoir _____ dans ma vie.
14. Je te pardonne complètement _____ car je réalise maintenant que tu n'as rien fait de mal et que tout est selon l'ordre divin. Je te bénis d'être disposé-e à jouer un rôle dans mon réveil, et je m'honore d'avoir joué un rôle dans le tien.