

Lundi 16 mai 2011

Les blocages sont des cadeaux

Si vous vous sentez bloqué, ne rejetez pas la sensation, ne tentez pas de la combattre, ne vous mettez pas en colère : acceptez plutôt d'être bloqué en cet instant précis de votre vie.

Vous êtes bloqué et ce n'est pas grave. **Ce n'est que temporaire.**

La seule chose qui est permanente est l'Amour.

Vous avez créé ce blocage car vous avez une bonne raison de le créer. Ce blocage correspond à un besoin à un moment donné de votre vie.

Le jour où ce besoin disparaîtra, le blocage disparaîtra de lui-même.

On se crée un blocage parce qu'on en a besoin à un certain moment de notre vie, le besoin de guérir une vieille blessure. Le blocage reste présent tant qu'on en a encore besoin, tant qu'on n'a pas compris et guéri la blessure.

Il ne sert à rien de forcer pour s'en débarrasser.

Au contraire : plus on force pour le fuir ou l'annihiler, plus il est présent.

La meilleure façon de **voir le blocage se dissoudre**, c'est de **l'accueillir, de l'aimer et de lui demander de nous dire « pourquoi il est là »**

En «**écoutant**» les signes de notre corps - sons, images, couleurs, etc. - et de la vie, nous découvrons alors la source de ce blocage.

Il reste alors à accueillir les émotions qui en découlent, à les laisser s'exprimer, permettant ainsi des prises de conscience et la guérison.

La blessure cicatrise doucement et le blocage se dissout comme par magie, laissant place à l'Amour qui est toujours présent, simplement caché derrière le blocage.

Lorsqu'on réalise que ces blocages sont nos outils les plus précieux et qu'ils nous aident à ne pas avancer plus vite que ce que notre âme est capable de supporter, alors ces blocages deviennent nos fidèles amis et on les aime parce qu'ils nous accompagnent pendant tout le temps qu'on a besoin d'eux.

Soyez affectueux, tendre et aimant envers vous-même.

Vous êtes la personne la plus importante au monde pour vous.

On reçoit toujours le cadeau qui va avec le fardeau quand on arrête de combattre...

Dominique Jeanneret

Thérapeute. Québec