

L'INTENTION

Il y a quelques jours, une amie a parlé de l'intention dans une de ses publications. Cela m'a rappelé que je l'ai utilisée une grande partie de l'année 2020. J'ai découvert le pouvoir de l'intention dans le défi des 100 jours de Lilou Macé il y a quelques années maintenant.

Cela a changé ma vision des choses et m'a permis de vivre ma vie en étant plus alignée avec qui je suis. Des synchronicités, des souhaits se sont alors manifestés dans ma vie.

Je pose une intention tous les matins pour que ma journée se passe au mieux pour moi et pour les personnes que je vais rencontrer.

Une intention, c'est quoi ?

C'est l'envie ou la résolution prise par une personne d'agir et d'atteindre un objectif fixé à l'avance.

Lorsque vous posez une intention, vous activez la loi d'attraction. Cette loi stipule que « tout ce que l'esprit peut concevoir et croire, il peut l'achever. »

Comme moi, vous pouvez vous aussi poser une intention. Vous choisissez alors en conscience une direction pour votre journée ou votre semaine.

Je vais vous donner un exemple :

Vous avez un entretien, une intervention, une discussion, peu importe... Vous posez alors une intention que ce moment se passe au mieux, que vous soyez à l'aise pour vous exprimer, que la discussion soit agréable... Je pense que vous aurez compris.

Une fois l'intention posée, c'est comme si la vie conspirait pour accomplir cette intention. L'intention devient alors un contexte dans lequel vous pouvez donner le meilleur de vous-même, tout en ayant confiance dans le résultat. Cela crée un sentiment de liberté, de créativité et de joie. Il vous faudra donc faire confiance en la vie, avoir aussi confiance en vous.

La subtilité est qu'il est important de lâcher prise, de laisser faire, laisser aller une fois qu'elle est posée. Cela ne doit pas devenir une obsession. Lilou Macé, dans son défi des 100 jours, dit :

« Votre rôle est d'émettre l'intention puis de laisser les choses se mettre en place. Vous passez à l'action seulement quand vous vous sentez bien par rapport à cette action, quand elle est motivée par l'amour et non la peur. »

Vos intentions doivent être claires et formulées avec le cœur et en toute humilité. Elles vont alors émettre un signal à la vie, sur la réalité que nous souhaitons vivre. Comme vous le savez, vos pensées créent votre réalité. Je vous invite donc à surveiller votre dialogue intérieur afin qu'il soit tourné le plus possible vers ce que vous souhaitez, ce que vous voulez attirer.

Ecoutez votre discours intérieur et remarquez quelle proportion tourne autour de ce qui vous manque, des expériences négatives, du passé ou des personnes négatives. Vous pourrez alors expérimenter de changer vos pensées pour les tourner vers des affirmations plus positives. Par exemple : « J'ai l'intention d'attirer ce que je veux. »

Alors à chaque action que vous faites, chaque nouvelle journée qui commence, posez une intention et expérimentez.

Vous avez envie d'aller plus loin, d'en savoir plus, je vous conseille le livre du Dr Wayne Dyer : « Le pouvoir de l'intention. »