

Les affirmations quotidiennes

Comment les rendre efficaces



Les affirmations quotidiennes

Pour que tu puisses attirer dans tes pensées les bonnes intuitions, il est nécessaire que le but (ou l'objectif) que tu cherches à atteindre soit parfaitement ancré dans ton Subconscient.

Pour cela, tu dois te répéter des affirmations le plus souvent possible, à voix haute 7 fois de suite. L'idéal est de pouvoir faire tes affirmations le matin au réveil et le soir juste avant de te coucher. Tu peux donner encore davantage de force à tes affirmations en les écrivant (encre bleue).

Elles doivent être formulées au présent, sous une forme la plus claire possible, comme si le but recherché était déjà atteint.

En gardant à l'esprit ton but à long terme, nous te recommandons de concevoir tes affirmations en fonction de ton objectif de l'année en cours. En effet, si ton but est trop éloigné de tes croyances actuelles, celui-ci risque de ne pas être accepté par ton Subconscient.

Définition de mon affirmation
