

Défi 76 : NE PAS MERITER D'ARGENT

« Il existe une loi naturelle d'abondance qui s'applique dans l'univers tout entier. Cependant, elle ne franchira jamais le seuil de la croyance au manque et à la limitation » Paul Zaiter

Beaucoup d'entre nous croient qu'ils ne méritent pas l'argent, le bonheur, de vivre leurs rêves, etc...Remettre en cause cette croyance est nécessaire même indispensable...

Défi du jour :

Jouer avec la croyance « je ne mérite pas d'argent », sous forme de sketch, d'un dialogue, d'un dessin, d'une vidéo. Profitez de ce défi pour vous faire rire et vous autoriser à vous libérer de cette croyance.

Si vous éprouvez de la culpabilité d'avoir de l'abondance, la santé, à manger ou autre chose écrivez toutes les « très bonnes » raisons de la ressentir. Prenez un temps pour voir d'où cela vient. Peut être est ce l'occasion de faire un travail de déloyauté.

Pour aller plus loin visualisez vous en train de tenir un discours devant une audience à qui vous expliquez à quel point ces raisons sont indiscutables. Regardez comment vous vous sentez en faisant cela, vous pouvez aussi parler en face de votre miroir.

BONUS :

- 1 – représentez votre croyance sous une forme et enterrez la ou brûler la
- 2 – choisissez une plante ou autre chose qui représente « je mérite tout ce qui est bon pour moi y compris l'argent » et dont vous prenez soin
- 3 – pour vous détachez de cette culpabilité vous pouvez faire l'exercice des bonhommes allumettes de Jacques Martel.