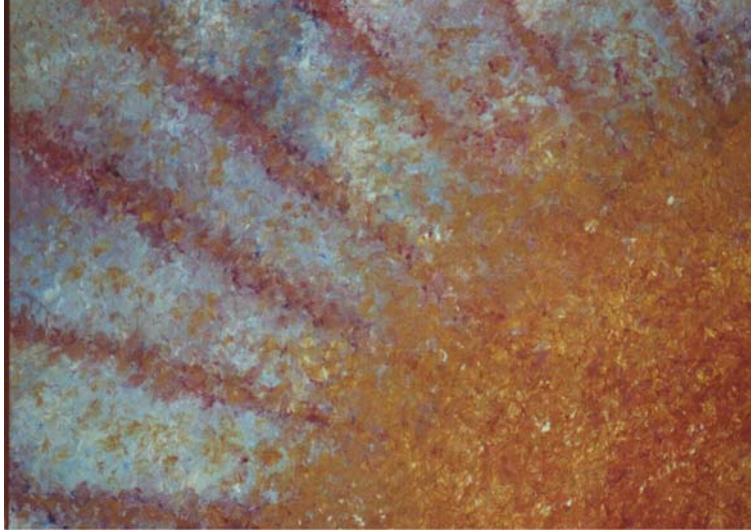


MARCELLE DELLA FAILLE

COMMENT CRÉER UNE JOURNÉE PARFAITE



Le Secret de la Loi d'Attraction

Formulaire d'Utilisation Consciente

de la Loi d'Attraction

élaboré par Marcelle della Faille
Novembre 2006

manuelLOA@loi-d-attraction.com

<http://loi-d-attraction.com>

La Loi d'Attraction© Tous droits réservés.

Comment utiliser ce formulaire

Durant les 30 jours qui viennent, je vous propose d'utiliser les outils et les techniques présentées ici pour réduire toute résistance et augmenter votre abandon au flux de l'Énergie universelle de vie qui vous traverse.

Chaque jour, je vous propose un rituel du matin, quelques exercices à effectuer en cours de journée et un rituel du soir. La totalité du temps passé à la réalisation de ces rituels et de ces exercices ne doit pas dépasser une heure. 15 minutes pour le rituel du matin, 15 minutes pour celui du soir et environ 30 minutes réparties sur la journée pour les exercices quotidiens.

Si toutefois vous ne disposiez que de 5 minutes par jour, je vous invite à vous focalisez essentiellement sur votre Bien-être et à visualisez votre Image mentale claire, avec gratitude et détermination.

Ce plan de base vous permettra de pratiquer votre Attitude de Gratitude, votre Muscle du Bien-être et votre Abandon à ce qui Est.

Personnellement, j'ai imprimé ces pages et je les ai placées dans un classeur avec de nombreuses feuilles de papier vierges afin de pouvoir rédiger les listes, prendre des notes et inscrire mes idées, mes désirs, mes affirmations, etc.

Voici la structure de chaque journée parfaite :

Rituel du matin :

Lorsque vous vous éveillez, visualisez que le **Génie d'Aladin** exauce l'un de vos vœux les plus chers.

Lisez ensuite la **Citation du jour** et laissez-vous ressentir ce qu'elle touche en vous.

Souriez pendant 1 minute. Devant la glace ou assis sur votre lit, prenez le temps de vous accorder un sourire. C'est un antidépresseur puissant !

Méditez pendant 5 minutes environ. Plusieurs techniques vous seront offertes pour chaque thème

Rédigez la **Liste des Tâches en 2 colonnes** (les tâches que vous comptez réaliser et les tâches que vous abandonnez à l'Univers) dans l'espace prévu à cet effet.

Formulez vos **Intentions pour chaque Segment** de la journée, dans l'espace prévu à cet effet. Focalisez-vous sur le ressenti que vous voulez expérimenter au cours de ces segments.

Jouez au **Jeu de la prospérité**. Chaque jour, imaginez que vous recevez 1000 €¹ et visualisez à quoi vous dépensez l'intégralité des 1000€ Le jour suivant, vous augmentez le don de l'Univers de 1000€ Vous recevrez donc 2000€ A nouveau, vous devez les dépensez tous. Et ainsi de suite, jusqu'à atteindre le 1.000.000€

Au cours de la journée :

- **Posez-vous constamment la question : Comment est-ce que je me sens en ce moment ?**
- **Riez pour pivoter**
- **Face à un contraste, demandez-vous : Qu'est ce qui est positif dans cette situation ?**
- **Dépensez vos €virtuels en remplissant votre Boîte de Création**
- **Visualisez pendant 30 secondes votre Image mentale claire**
- **Adoptez l'Attitude de la Gratitude**

Rituel du soir :

Lisez la **citation du soir** et laissez-vous ressentir ce qu'elle touche en vous.

Passez en revue les **bons moments de votre journée**. Un espace est fourni pour vous permettre de noter vos succès.

Appréciez-vous et appréciez d'autres personnes et d'autres choses

¹ Pour renforcer encore votre ressenti, vous pouvez utiliser les chèques de l'Univers (offerts sur le site <http://loi-d-attraction.com>) que vous déposez dans votre boîte aux lettres tous les matins, ou que vous vous envoyez à vous-mêmes ;o)

Juste avant de vous endormir, visualisez que le **Génie d'Aladin** exauce l'un de vos vœux les plus chers.

Formulez votre **Intention pour le Segment** de votre nuit et de vos rêves.

Focalisez-vous sur le ressenti que vous voulez expérimenter à votre réveil.

Avant tout, amusez-vous ! Ce manuel vous propose de jouer à créer délibérément chaque moment de votre vie, dans la joie et l'abondance !

Que l'Abondance Vous Accompagne !

Marcelle della Faille

<http://loi-d-attraction.com>

<http://marcelle.powerfulintentions.com>

<http://www.myspace.com/marcelleinjoy>

Jour ...

Rituel du matin

Citation du jour

« Lorsque vous commencez à vous concentrer sur une pensée, cela devient de plus en plus facile de continuer à vous concentrer sur elle parce que la Loi d'Attraction vous offre davantage de pensées comme celle-là.

De sorte que, émotionnellement parlant, vous développez une humeur ou vous créez une tendance vibratoire habituelle, pour ainsi dire. »

Abraham

Souriez pendant 1 minute

Devant la glace ou assis sur votre lit, accordez-vous un sourire en comptant jusqu'à 60. Souriez !

Méditez pendant 5 minutes

Aujourd'hui, répétez plusieurs fois : « L'argent vient à moi facilement et régulièrement. ».

Rédigez votre Liste des Tâches en 2 colonnes

Ce que j'ai l'intention de Faire/Être	Ce que je laisse l'Univers traiter

Formulez vos Intentions pour chaque Segment de la journée

- 1. Segment :
- Dans ce segment, je
- Je veux réaliser :
- Je veux ressentir :
- 2. Segment :
- Dans ce segment, je
- Je veux réaliser :
- Je veux ressentir :
- 3. Segment :
- Dans ce segment, je
- Je veux réaliser :
- Je veux ressentir :
- 4. Segment :
- Dans ce segment, je
- Je veux réaliser :
- Je veux ressentir :

Jeu de la prospérité

Aujourd'hui, vous recevez 2000 € Imaginez comment vous allez les dépenser :.....
.....

Au cours de la journée

Soyez conscients de votre vibration

Aujourd'hui, comment vous sentez-vous face aux circonstances de votre journée? Si la réalité que vous observez ne vous plaît pas, demandez-vous : Comment est-ce que je veux me sentir ?, puis, Qu'est-ce que je veux avoir ?

Riez souvent pour faire pivoter vos pensées

Dépensez vos 1000 € virtuels en remplissant votre Boîte de Création

Chaque fois que vos yeux tombent sur une image, une chose ou une ambiance que vous voulez expérimenter, découpez l'image ou rédiger une note à ce sujet et déposez-la dans votre Boîte de Création.

Visualisez pendant 30 secondes votre Image mentale claire

Imaginez votre Idéal ou votre désir. Quelle saison fait-il ? Quelle heure est-il ? Où cela se passe-t-il ? Quelles sont les personnes présentes ? Que voyez-vous ? Qu'entendez-vous ? Que sentez-vous ? Que goûtez-vous ? Comment vous sentez-vous ? Que faites-vous ? Entrez dans votre image. Sentez-vous bien. Sortez-en.

Adoptez l'Attitude de la Gratitude

Jour ...

Rituel du soir

Citation du soir

« Nous voulons vous aider dans la réalisation délibérée des choses que votre environnement a inspiré en vous, parce que nous voulons que vous expérimentiez l'ivresse de la création joyeuse et CONSCIENTE de votre propre réalité.

Vous créez votre propre réalité.

Personne d'autre ne le fait.

Et, vous créez votre propre réalité même si vous ne comprenez pas que vous le faites.

Pour cette raison, vous créez souvent par défaut.

Quand vous êtes conscient de vos propres pensées et que vous les offrez délibérément, alors vous êtes le créateur DÉLIBÉRÉ de votre propre réalité.

- et c'est ce que vous aviez prévu lorsque vous avez pris la décision de vous incarner dans ce corps.

Abraham-Hicks - Ask And It Is Given

Passez en revue les bons moments de votre journée

Aujourd'hui, j'ai aimé et apprécié :

.....

.....

.....

.....

.....

Appréciez-vous et appréciez d'autres personnes et d'autres choses

J'aime chez moi :

J'aime chez :

J'aime chez :

J'aime chez :

J'aime chez :

J'aime chez :

Formulez votre Intention pour le Segment de votre nuit et de vos rêves.

Focalisez-vous sur le ressenti que vous voulez expérimenter à votre réveil.