



GUIDE POUR PLUS DE VITALITE & DE JOIE !

The Academy of Life

Guidance Universelle et Intemporelle pour Femmes

Ton Portail de Transformation Personelle et Conscience Elevée

www.theacademyoflife.org

info@theacademyoflife.org

let your light shine

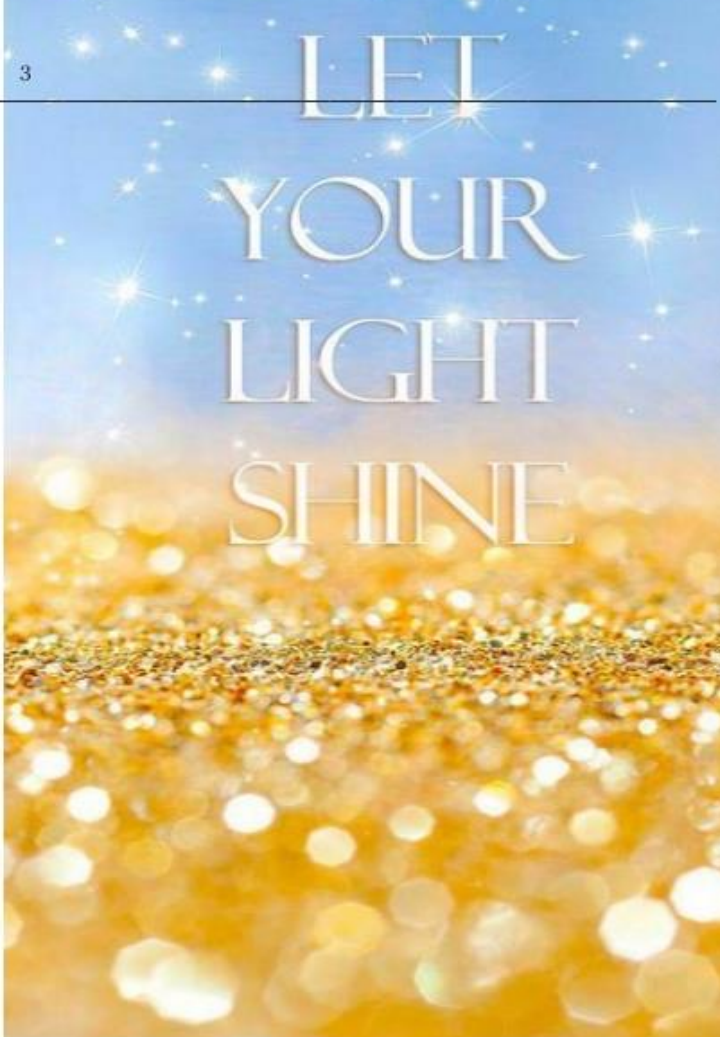
Table des matières

- 1 Pure Conscience
- 2 Pur Amour
- 3 Pure Lumière
- 4 Qui es-tu ?
- 5 D'ou viens-tu ?
- 6 Comment trouver la Reconnexion ?

INTRO POUR TROUVER LA VITALITE & LA JOIE

Découvre ton Meilleur Moi!

Plonge au Cœur de ton Essence. Utilise tes talents uniques et crée plus de Paix Intérieure, d'Harmonie et d'Amour. Ce sont les principes fondamentaux pour puiser dans la Source Eternelle et Infinie de Vitalité et de Joie!



LET
YOUR
LIGHT
SHINE

PRENDS DU TEMPS POUR LE SILENCE & LA MEDITATION

LE SILENCE a de grands effets de Guérison et a même été utilisé par Bouddha pour atteindre l'Illumination. Dans «The Academy of Life», nous utilisons des moments de Silence pour approfondir la connexion avec le Divin. Dans le chaos et les exigences de la société moderne, le pouvoir de Guérison du Silence est plus urgent que jamais. C'est un moyen de Nourrir l'Imagination, de Nettoyer et de Détoxifier l'Esprit, d'Elargir la Créativité, d'aider à Découvrir la vie Intérieure. Le Silence permet de Voir plus Clairement le Monde qui nous entoure et de Renforcer le Système Immunitaire en réduisant le stress. Et le dernier point mais non le moindre, il Nourrit l'Ame, Equilibre la Vie, Apporte le Calme, Nourrit le Cœur et Apporte la Joie.

LA MEDITATION Induit des changements biochimiques et physiques dans le Corps et le Cerveau. Elle produit un ralentissement de la respiration, une augmentation des niveaux de relaxation, une meilleure fréquence cardiaque et une augmentation d'oxygène dans le sang. La Méditation vise à entraîner notre attention dans le but de provoquer la Perspicacité. Une durée d'attention plus large et plus flexible permet d'être plus Conscient d'une situation, d'être Objectif dans des situations émotionnellement ou moralement difficiles et d'atteindre un Etat de Réactivité, de Conscience Créative ou de «Flux».

1. Pure Conscience

La Pure Conscience est ce que nous sommes dans notre Essence. C'est notre Vrai Moi. Cependant, il faut en être Conscient car pour être vraiment Heureux, il faut faire l'expérience de ce Soi.

Le Corps change constamment. A travers la Pensée Logique, tu peux comprendre combien de corps différents tu as eu et pourtant tu es encore toujours la même Personne. Tu ne peux peut-être pas te souvenir d'un seul corps parmi ces milliers de corps que tu as eu, mais tu es le même Etre immuable. De même, l'Esprit est en mouvement continu; il mute continuellement avec les pensées changeant.

C'est toi et toi seul qui es témoin de ces changements qui se produisent continuellement dans ton Corps et Esprit. Mais tu n'es pas les changements. Tu es une Etoile Divine de Pure Conscience.

Le fait de ne pas connaître notre Eternel Soi provoque de la souffrance et de la douleur. La Clé Dorée est de rester détachée et observatrice. En cultivant la Conscience de Soi, tu trouveras une Immense Joie.



Utilise la Technologie consciemment. Prends de la distance de temps en temps. Faire une pause donne de l'Oxygène et de la Paix.

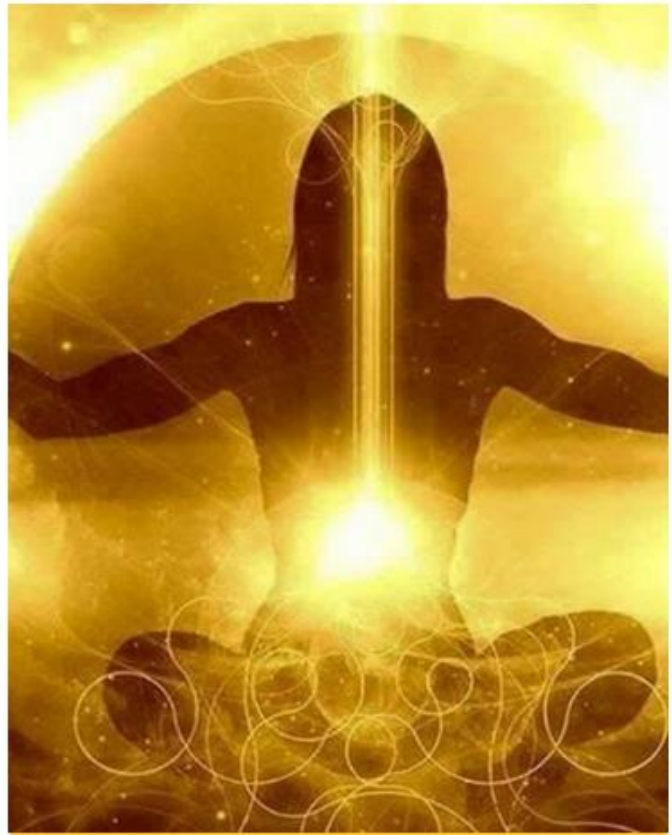


Sors pour une promenade dans la Nature. Ecouter les oiseaux et voir les belles couleurs des fleurs détend l'Esprit et ouvre la porte au Soi.

2. Pur Amour

Le Pur Amour est l'Energie Universelle, la Force de Vie Infinie qui nous Unit en tant qu'Un.

Beaucoup d'entre nous traversons la Vie à la recherche de l'Amour en dehors de nous-mêmes, se considérant comme séparés et essayant désespérément de trouver notre place dans ce monde en faisant que les autres nous aiment. Au moment où nous passons notre Conscience à l'Amour que nous sommes, nous nous exprimons naturellement en tant qu'êtres aimants que nous étions censés être. Nous nous aimons nous-mêmes et les autres sans jugement, sans attentes et sans conditions. Lorsque nous rencontrons les peurs des autres, nous voyons leur Véritable Essence indépendamment de leurs actions et comprenons que derrière leur peur, ils sont simplement de l'Amour Pur. Lorsque nous passons notre Conscience de la peur à l'Amour, nous savons que rien ne peut nous éloigner de ce que nous sommes censés être : des Êtres de Pure Amour.



Le plus beau Cadeau que nous puissions nous offrir, à nos proches et au monde entier est de Savoir et de Sentir que nous ne sommes jamais séparés de rien.



Au moment où nous en venons vraiment à comprendre que l'Amour Pur est l'Essence de qui nous sommes, nous commençons à nous exprimer naturellement avec Gratitude pour tout le monde et tout ce qui croise notre chemin.

3. Pure Lumière

Nous sommes Pure Lumière, des Etres Spirituels vivant dans une forme physique.

Nous sommes une Etincelle du Divin et en même temps nous sommes incarnés sur Terre. Nous sommes les enfants de l'Unique Conscience. Nous sommes Magnifiques, Beaux et Lumineux. Nous n'avons même pas besoin de le chercher, c'est déjà en nous. Les traditions mystiques savaient que tout est Energie: des milliards de molécules agissant chacune comme leur propre cosmos. Rien dans ce monde n'est seulement physique. Tout est Energie en mouvement constamment créant de la Matière.

Savoir utiliser la forme de manière optimale était l'œuvre des sages, et est en train de devenir les pratiques du collectif éveillé. C'est le Paradis sur Terre. Comme ci-dessus, donc ci-dessous.

Notre véhicule personnel pour passer de la condition humaine à la Source est notre Corps de Lumière. Si le but de chaque Ame est de fusionner avec Elle, alors l'activation de notre Corps de Lumière est ce qui nous y conduit. Par conséquent, il est important d'être Impeccable avec la Parole et de Guérir ce qui trouble l'Esprit, permettant ainsi à plus de Lumière de pénétrer.

Plus de Lumière égale à plus de Vitalité et de Joie!



La Vibration et la Pureté d'intention doivent être en place avant de subir l'activation du Corps de Lumière.



La nourriture que nous mangeons est porteuse de vibrations et de souvenirs cellulaires. Sais-tu comment ton repas a été rassemblé, traité et préparé?

4. Qui es-Tu ?

Une Etincelle du Divin! Actives en toi tout le meilleur pour réaliser ton Essence. Répètes les Affirmations suivantes avec Puissance, Force, Croyance et Endurance et vois la Magie opérer.

Je Suis la Vie, je Suis Conscience, je Suis Lumière, je Suis Amour, je Suis la Paix, je Suis Harmonie, je Suis Intelligence, je Suis la Joie, je Suis l'Honnêteté, je Suis la Santé, je Suis Pureté, je Suis Vérité, je Suis la Force, je Suis le Bonheur, je Suis l'Intuition, je Suis la Compassion, je Suis la Compréhension, je Suis la Sagesse, je Suis la Justice, je Suis la Discipline, je Suis la Détermination, je Suis le Pardon, je Suis Sensible, je Suis la Victoire, je Suis la Perfection, Je Suis la Liberté, je Suis la Beauté, je Suis la Créativité, je Suis l'Abondance, je Suis le Divin en Action.

Trouves pour toi-même d'autres points Positifs à ajouter sur la liste de Perfection et c'est parti, gooo, gooooo!



Utilise une musique de tambour chamanique pour réciter tous tes «Je Suis» avec Force. Cela aidera à vraiment incarner ce que tu dis. Souviens-toi: 'Au commencement il y avait le Verbe ...'



Bouge bouge bouge!! Laisse ton corps danser sur la musique pendant que tu récites et ressens la vibration des mots dans toutes tes cellules.

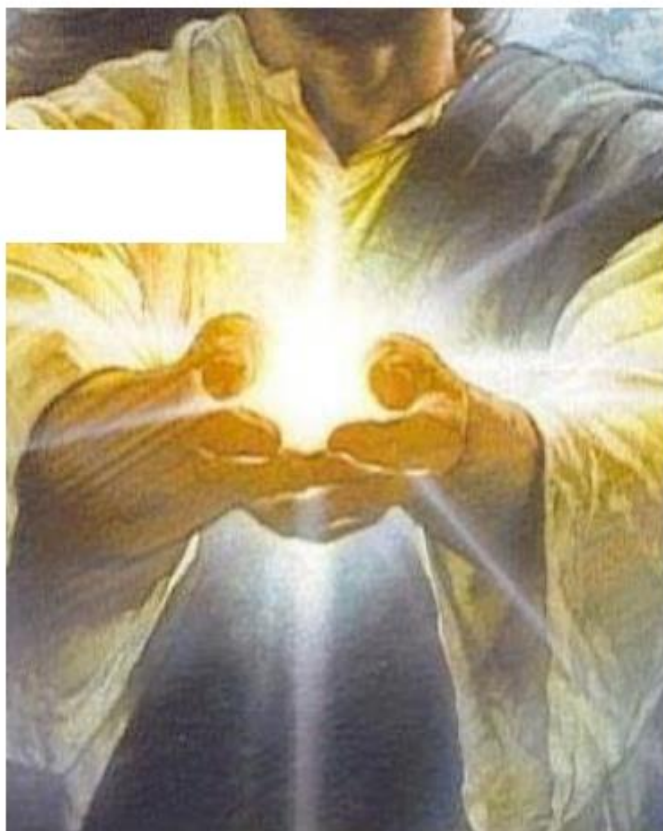
5. D'ou viens-tu ?

Oui, il est important de savoir 'Qui' nous sommes mais aussi 'd'Où' nous venons. C'est la Boussole de notre Vie !

Notre Source, la Seule et Unique, est Eternelle et Infinie. C'est 'Ce qui a toujours été', 'Ce qui est' et 'Ce qui sera pour toujours'.

Elle est comme un Diamant, le Cristal qui brille de mille feux. Mais personnellement, notre Cristal peut parfois être voilé par la poussière ou même avoir besoin d'être poli à nouveau. La poussière, les nuages ou les voiles sont des pensées, des paroles et des actes qui ne sont pas alignés avec notre Pure Essence. Nous les appelons des fautes, des mensonges, des péchés, etc. Cela 'brise' notre Vaisseau... Parce que toute l'Existence est Energie, tout vibre pour l'Éternité dans l'Univers Global. Le jour où nous avons un 'appel à l'éveil', nous savons que le retour à notre Source commune ne peut être réalisé que lorsque nous nettoyons et purifions ce que nous avons émis. Oui, le gros travail peut commencer: Analyser nos vies dans les moindres détails, rectifier et réparer le navire cassé. Lorsque cela est fait sérieusement, cela libère notre Essence.

Nous nous sentons plus en Paix, en Harmonie, libérés de certains vêtements devenus trop petits et puisant dans la Source Infinie de la Vitalité et de la Joie !



Laisse ta Lumière Briller !



L'eau nous aide à mieux réfléchir, à mieux nous concentrer et à être plus Vitalisés. Elle élimine les toxines, améliore notre métabolisme et ne contient aucune calorie! En plus, nos niveaux d'énergie et nos vibrations sont également augmentés en buvant de l'eau !

6. Comment trouver la Reconnexion ?

Applique l'art du pardon. Apprends le Dharma et guéris le karma. Plonge dans le monde de la Géométrie Sacrée. Utilise des techniques de respiration.

Comme nous pouvons nous-mêmes avoir besoin d'un 'travail de Purification', d'autres peuvent aussi avoir leur travail à faire... Le Pardon est la Libération du ressentiment ou de la colère. Cela peut être incroyablement difficile. Mais comme les gens blessés blessent les gens, c'est l'un des Fondements Clés de la Vie et le dernier point mais non le moindre; c'est d'une Importance Vitale pour notre propre Santé.

Le Dharma est l'action qui semble être la bonne chose à faire et qui nous fait nous sentir alignés sur notre Moi Supérieur. Agir sur notre Dharma donne un sentiment de Vie Juste et un Sentiment d'Accomplissement et de Contentement.

La Géométrie Sacrée montre que toutes les choses qui existent ont une proportion géométrique et mathématique. Cela inclut non seulement les structures de toutes tailles, mais aussi la musique, la cosmologie, notre ADN, et même l'espace et le temps qui résonnent tous avec un ensemble particulier d'harmoniques et une fréquence mesurable. Les cultures anciennes croyaient que les symboles géométriques sacrés étaient des instruments visuels ayant des effets curatifs profonds. On pensait que méditer sur ces formes ramènerait nos vibrations en Harmonie avec les rythmes de la Nature.

Les techniques de Respiration sont la Clé pour ouvrir nos canaux d'énergie. Cela peut donner accès à un état de Conscience Elargie et ouvrir la porte à notre Soi authentique et à notre Sagesse Intuitive. Change la façon de Respirer et tu changeras ta façon de Penser, la façon dont tu te Sens et la façon dont est ta Vibration. Plus tu Respires, moins tu en auras besoin. Plus tu Respires, plus tu auras de l'Abondance et ceci est ton Droit de Naissance !



Et bien sûr, il existe de nombreuses autres méthodes comme la Réflexologie, utiliser des Pierres Précieuses, la Science Quantique, la Thérapie par les Couleurs, la technique de la Maison Propre, le régime Alpha & Omega etc ...



Comme toute la Création est la Réflexion de notre Créateur, notre Source Commune, vivre ce Beau Cadeau dans tous ses aspects peut être un «Step-up» à Tout ! Le résultat est plus de Vitalité et de Joie !



QU'EST CE QUI PEUT FAIRE LA DIFFERENCE ?

Entoure-toi de personnes à l'Esprit Positif qui savent ce que signifie faire une boucle de 180 ° pour accomplir la Vraie Mission pour laquelle nous sommes venus sur Terre. Oui, tu n'es pas seul ! Marcher le chemin vers plus de Vitalité & de Joie connaît beaucoup de visiteurs. Viens rejoindre le Club !

Bienvenue à :

'The Academy of Life'

Coaching Dynamique pour la Reconnexion

Guidance Universelle et Intemporelle pour Femmes

Ton Portail vers la Transformation Personnelle et la Conscience Supérieure

Purifie le Corps, le Cœur, l'Ame et la Maison

Retrouve de l'Energie, deviens plus Forte, plus Heureuse et en meilleure Santé

Transcende la Dualité, deviens un Canal Pur et accède au Divin