

## **COMMENT ARRÊTER DE PENSER A MA FLAMME JUELLE TOUS LES JOURS ?**

**Vous pouvez arrêter de penser à votre flamme jumelle de la même manière que vous arrêtez de faire tout ce qui vous fait du mal.**

Évidemment, les pensées entravent d'une manière ou d'une autre votre bonheur, peut-être que vous perdez votre concentration au travail, peut-être êtes-vous distrait au point d'entraver vos autres relations, peut-être que cela vous fait vous attarder sur les « pourrais avoir » ' et 'devrait avoir' et 'et si'. Dans tous les cas, quelque chose ne va pas dans votre vie actuellement et vous êtes arrivé à la décision que c'est parce que vous pensez trop à votre flamme jumelle.

Si tout allait bien et que les pensées concernant votre flamme jumelle contribuaient à votre croissance, vous ne poseriez pas cette question :

### **Que dois-je faire pour arrêter ces pensées ?**

Vous pouvez trouver des réponses avec une approche spirituelle, émotionnelle et, même psychologique, ce qui peut vraiment vous aider. Et pourtant, vous pouvez savoir comment agir en conséquence.

Généralement, vous et votre flamme jumelle êtes toujours connectés et vous finirez par vous unir à eux. C'est un fait. Vous devez faire comprendre ce fait à votre cerveau comme vous lui avez fait comprendre la loi de la gravité – c'est le seul moyen. Il n'y a rien d'autre. Ça y est. Vous en faites votre croyance.

Pourquoi? C'est parce que le cerveau invente fréquemment des scénarios négatifs – évoquant le triste passé, supposant le pire avenir possible et devinant le présent – et s'ils étaient avec quelqu'un d'autre ? Et s'ils m'oubliaient ? etc. Mais à chaque fois, votre croyance s'élèvera au-dessus des pensées négatives et vous saurez alors que vous êtes toujours connecté, alors pourquoi vous inquiéter ?

Dans les rares cas où vous êtes submergé par des pensées positives et que vous aspirez simplement à la connexion, vous vous direz que vous êtes toujours connecté et vous leur enverrez de l'amour/souhaitez-leur bonne chance.

### **Maintenant la partie action.**

Parce que les pensées et les affirmations ne suffisent pas lorsque vous essayez d'arrêter de penser à quelqu'un. Vous devez agir.

Tout d'abord, vous devez faire une liste de toutes les choses que vous aimez faire ou que vous avez toujours voulu faire, en choisir une et commencer à les faire une par une. Peindre, danser, patiner, cuisiner, dessiner, faire du sport, jouer de la musique. Notez que vous n'allez faire que des choses qui impliquent une pensée active et une action active, et non une pensée passive et une action passive, comme regarder votre film préféré ou écouter de la musique.

**Vous devez garder votre cerveau occupé par des activités. De cette façon :**

1. vous allez vous connecter avec votre moi supérieur/Dieu parce que vous faites quelque chose que vous aimez. Tout ce qui apporte de la joie à votre âme et vous rend heureux vous connecte à la conscience infinie. Cela s'apparente plutôt à la méditation et au travail intérieur dont tout le monde parle.
2. Ce sont des compétences que vous allez développer et qui vont vous donner confiance en vous, et faire ce que vous aimez est une forme d'amour de soi, donc cela vous aidera à vous concentrer sur vous-même, et c'est ce dont tout le monde parle.

**Deuxièmement, vous devez vous travailler à être le meilleur possible et faire de votre mieux.**

Cela va amener votre « concentration sur vous-même » à un autre niveau. Chaque action que vous entreprenez et chaque réaction que vous avez face à tout ce qui vous arrive devrait d'abord vous faire penser – « qu'est-ce que je peux faire de mieux ici » – et faites-le simplement.

Vous faites votre routine quotidienne et passez votre journée, et à chaque instant, vous vous demandez : « qu'est-ce que je peux faire de mieux ici »

Je peux mieux organiser ma journée pour être plus efficace. Je peux être une meilleure personne.

**Vous devez le faire avant tout ce que vous faites, parlez, pensez. De cette façon-**

**Premièrement**, vous vous améliorez. C'est un moyen sûr de gérer vos blocages énergétiques négatifs tels que la colère, le ressentiment, la jalousie, la frustration. Je sais que tout le monde préconise les méthodes de guérison énergétique, etc., mais honnêtement, les résultats ne viennent que lorsque vous commencez à agir.

**Deuxièmement**, votre âme se sent bien. Lorsque vous faites cela tous les jours, vous vous sentirez de plus en plus léger à l'intérieur. C'est ainsi que vous faites votre travail intérieur. Vous ne pouvez pas changer le passé. Mais lorsque vous changez votre présent, votre avenir change automatiquement. Au fil du temps, votre âme aura éliminé tous les blocages négatifs.

**Troisièmement**, vous prenez soin des autres simplement en travaillant sur vous-même.

**Quatrièmement**, cela ramène votre concentration sur vous-même. Vous vous améliorez constamment. Éloignant les pensées de votre flamme jumelle.

Tout le monde dit que vous ne pouvez pas arrêter de penser à votre flamme jumelle. Mais c'est votre cerveau. Et ce sont vos pensées. Vous pouvez toujours changer votre objectif.