

## **L'INDECISION ET LE GUIDE INTERIEUR**

### **Eclaircissement sur l'expérience à réaliser**

Cette troisième brève expérience, a pour but, de donner au participant, confiance en lui-même par rapport à une situation qui le fait hésiter ou reculer de façon injustifiée.

### **Expérience guidée**

J'entre dans un édifice, pensant à cette situation en suspens que je dois affronter. (\*)

Je crois que, le moment venu, tout va mal se passer. Je n'ignore pas que ce qui est entrepris avec une sensation d'échec, me rend peu sûr de moi : mes forces s'amointrissent et, effectivement, je finis par être battu. En comprenant cela, je m'arrête. Je suis sur le point d'abandonner. Je crois que je vais fuir en repartant par là où je suis venu. En même temps je sais que je dois faire un effort dans le sens contraire. Je me sens partagé entre ce que je dois faire et ce que je ne peux pas faire. (\*)

Je réfléchis un instant et je me dis : «Oh guide, donne-moi la Force». Instantanément, je sens ma respiration devenir ample et mon corps se redresser. Je recommence à marcher. Mes pas sont longs et sûrs. J'ai repris confiance. Je comprends que tout se passera bien car cela dépend de la façon dont je ferai les choses et, maintenant, je sais que je les ferai avec tout mon potentiel. (\*)

### **Echange sur l'expérience**

Les participants discutent de leurs expériences.

### **Recommandation**

Au cas où l'expérience a été réalisée avec, pour référence, un problème concret d'indécision, vérifier dans la situation quotidienne si le progrès recherché a été obtenu.

Si au cours de l'expérience, l'ensemble de registres suggérés n'a pu être obtenu, répéter l'expérience avant de faire des constatations dans la situation quotidienne.