

Gymnastique sacrée de Mikhael Aivanov

1/ Elever les bras au dessus de la tête puis les abaisser le long de tout le corps jusqu'aux pieds et dire : « Que toutes les bénédictions du Ciel se déversent sur moi et sur la Fraternité de lumière pour la gloire de Mon Père Céleste » 6 fois

2/ Faire remonter les mains depuis les pieds jusqu'à la tête et dire : « Que toutes mes cellules soient magnétisées, vivifiées et ressuscitées, pour la gloire de mon Père Céleste » 6 fois

3/ Projeter tantôt le bras droit, tantôt le gauche vers l'avant comme si vous nagez et dire : « Que je puisse nager dans l'océan de la lumière cosmique, pour la Gloire de mon Père Céleste » 6 fois

4/ Projeter les 2 bras à l'horizontale d'un côté puis de l'autre, comme si vous fauchiez et dire : « Que tous les liens diaboliques soient coupés, rompus, pour la gloire de mon Père Céleste » 6 fois

5 / Sans rien faire droit sur ses pieds dire : « Que l'équilibre absolu s'installe en moi, pour la gloire de mon Père Céleste » 6 fois

6/ Poser un genou à terre, ramenez les mains vers le visage, puis les écarter et dire : « Que tous les ennemis de la Fraternité Blanche Universelle s'éloignent et disparaissent pour toujours, pour la Gloire de mon Père »

ps : ici les ennemis ne sont pas des hommes ou des femmes mais des esprits ténébreux qui entrent en eux pour se manifester et détruire ou du moins amoindrir le travail divin.

7/ Jeter les bras en avant et se renverser en arrière le plus possible sans tomber et dire : « Que la souplesse s'installe dans mes organes et mes cellules, pour la gloire de mon Père » 6 fois

8/ Dire : « Que toutes les bénédictions du Ciel se déversent sur moi et sur la Fraternité de lumière, pour la Gloire de mon Père »

NB : Ces ex, développent la volonté, accélèrent le développement de la Conscience, et amènent au processus de guérison sur tous les plans et cela bien sûr à condition qu'ils soient faits avec la présence, la conscience, le sacré et le cœur. S'ils sont effectués comme de vulgaires ex de gym cela ne donnera pas grand chose.