

# La prière des intentions pour le bien-être physique

Par Jackie B. Hamilton, auteure et blogueuse en éveil de conscience

Tout d'abord, je demande à être protégé et guidé en permanence et je demande la même protection et la même guidance pour toutes les personnes qui me sont chères.

Par le biais de cette prière qui sert à émettre des intentions positives, je m'octroie le droit d'attirer dans ma vie des énergies et des possibilités nouvelles.

Ainsi, j'attire la paix, l'amour, la joie et l'harmonie. Ainsi, j'attire l'abondance sous toutes ses formes.

Je suis un être de lumière et j'entends utiliser ici tous mes pouvoirs de création afin d'inviter le beau, le bon et le bien à entrer dans ma vie. C'est ainsi que j'émetts les intentions suivantes :

- J'ai l'intention de prendre soin de mon corps, d'être davantage à son écoute, de toujours faire des choix qui favorisent son bien-être et son équilibre.
- J'ai l'intention d'adopter des habitudes de vie saines, de manger moins et mieux, de bouger davantage, d'apprendre à relaxer et à bien me reposer.
- J'ai l'intention d'éprouver davantage de gratitude et de respect pour la vie qui coule dans mes veines, et pour ce véhicule qu'est mon corps qui me permet d'accomplir et d'être tant de choses.
- J'ai l'intention d'être plus en forme que jamais, de sentir la force, la vigueur, la joie de vivre dans chacune de mes cellules.
- J'ai l'intention de respirer la santé parfaite.

Visitez [jackiebhamilton.com](http://jackiebhamilton.com) et aimez ma page [Facebook](#)