

Échelle des émotions d'Abraham-Hicks

Esther Hicks canalise un groupe d'esprits. En 1985, Esther et son mari Jerry entament un dialogue avec Abraham. Ensemble, ils ont établi une liste d'émotions qu'ils ont classées par niveau vibratoire, du niveau le plus élevé (1) au plus bas (22).

Le but de cette liste est de vous aider à gravir les échelons vers le niveau supérieur, quel que soit l'état dans lequel vous vous trouvez.

Lorsque vous avez repéré votre place sur cette échelle émotionnelle, essayez de trouver des pensées qui vous feront vous sentir un petit peu mieux et gravissez les échelons à petits pas vers la joie 😊

Voici cette échelle :

1. Joie/Appréciation/Sentiment de puissance/Liberté /Amour
2. Passion
3. Enthousiasme/Désir/Bonheur
4. Expectation positive/Croire
5. Optimisme
6. Espérance
7. Contentement
8. Ennui
9. Pessimisme
10. Frustration/Irritation/Impatience
11. Sentiment d'être débordé
12. Déception
13. Doute
14. Inquiétude
15. Blâme
16. Découragement
17. Colère
18. Vengeance
19. Haine/Rage
20. Jalousie
21. Insécurité/Culpabilité/Sentiment de ne rien valoir
22. Peur/Peine/Dépression/Désespoir/Impuissance