



Paix intérieure

Ouvrez votre 3ème oeil

Éveiller votre perception intérieure. Apprendre à reconnaître les signaux subtils de votre âme, à faire confiance à vos ressentis et à établir un dialogue avec votre monde intérieur.

JUIN L'intuition, votre boussole intérieure

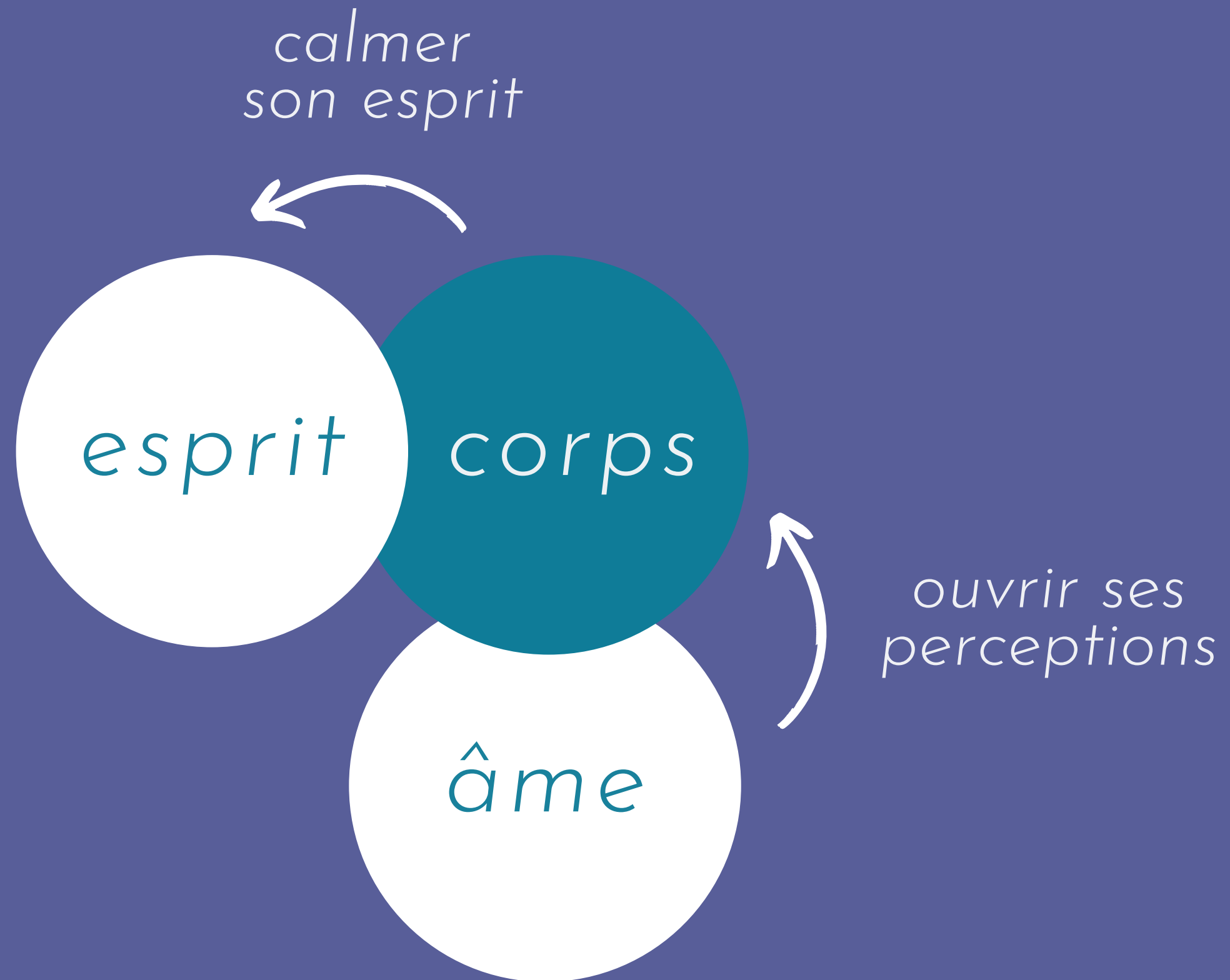
JUILLET Connexion & dialogue avec l'âme

AOÛT Clairvoyance & clairsentience

SEPTEMBRE Paix intérieure



LE CHEMIN DE L'INTUITION

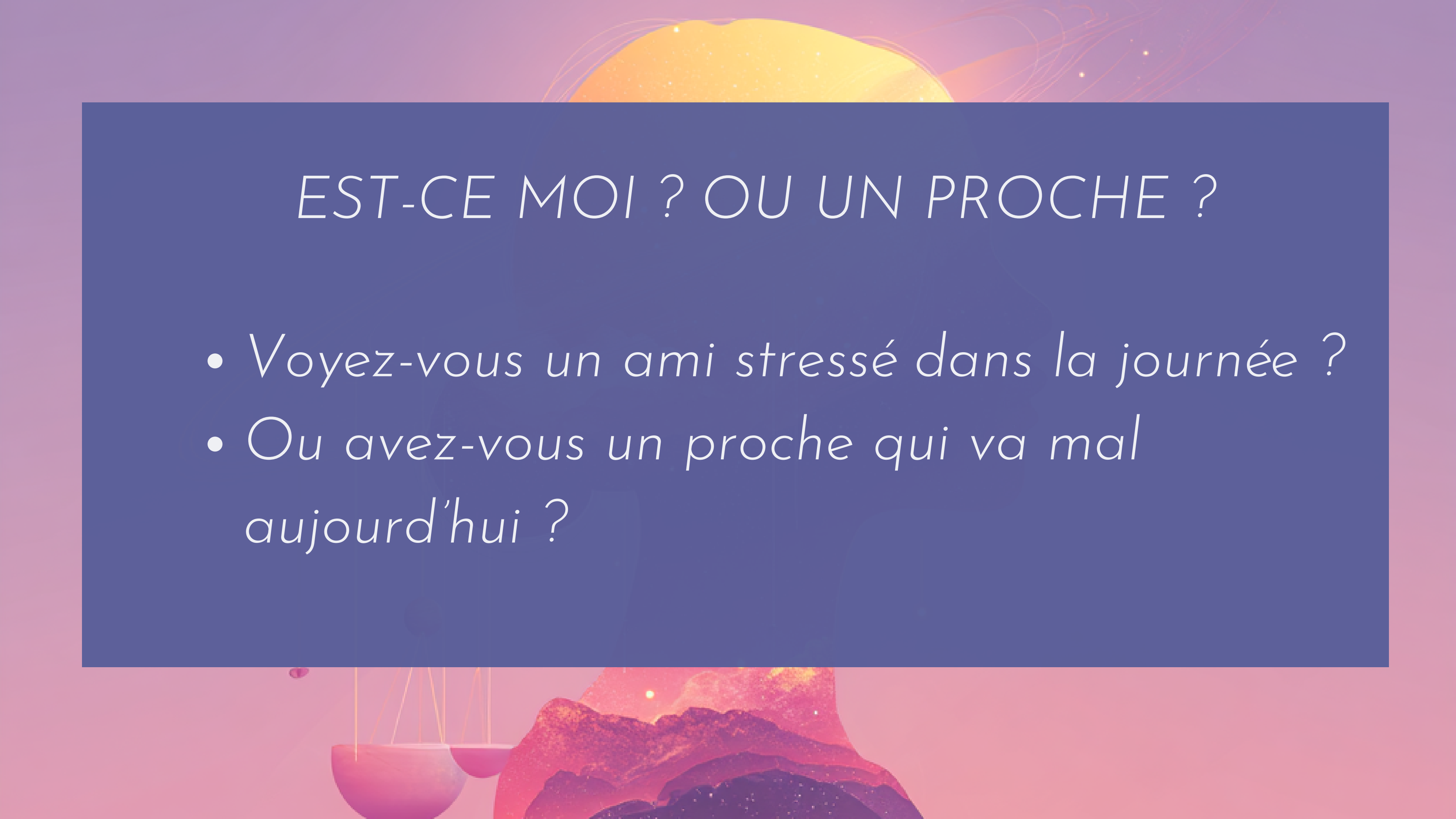


3 ETAPES POUR AMPLIFIER VOS PERCEPTIONS

1. *Je calme mon esprit*
2. *Je m'amuse à ouvrir mes perceptions*
3. *Je leur fais confiance*

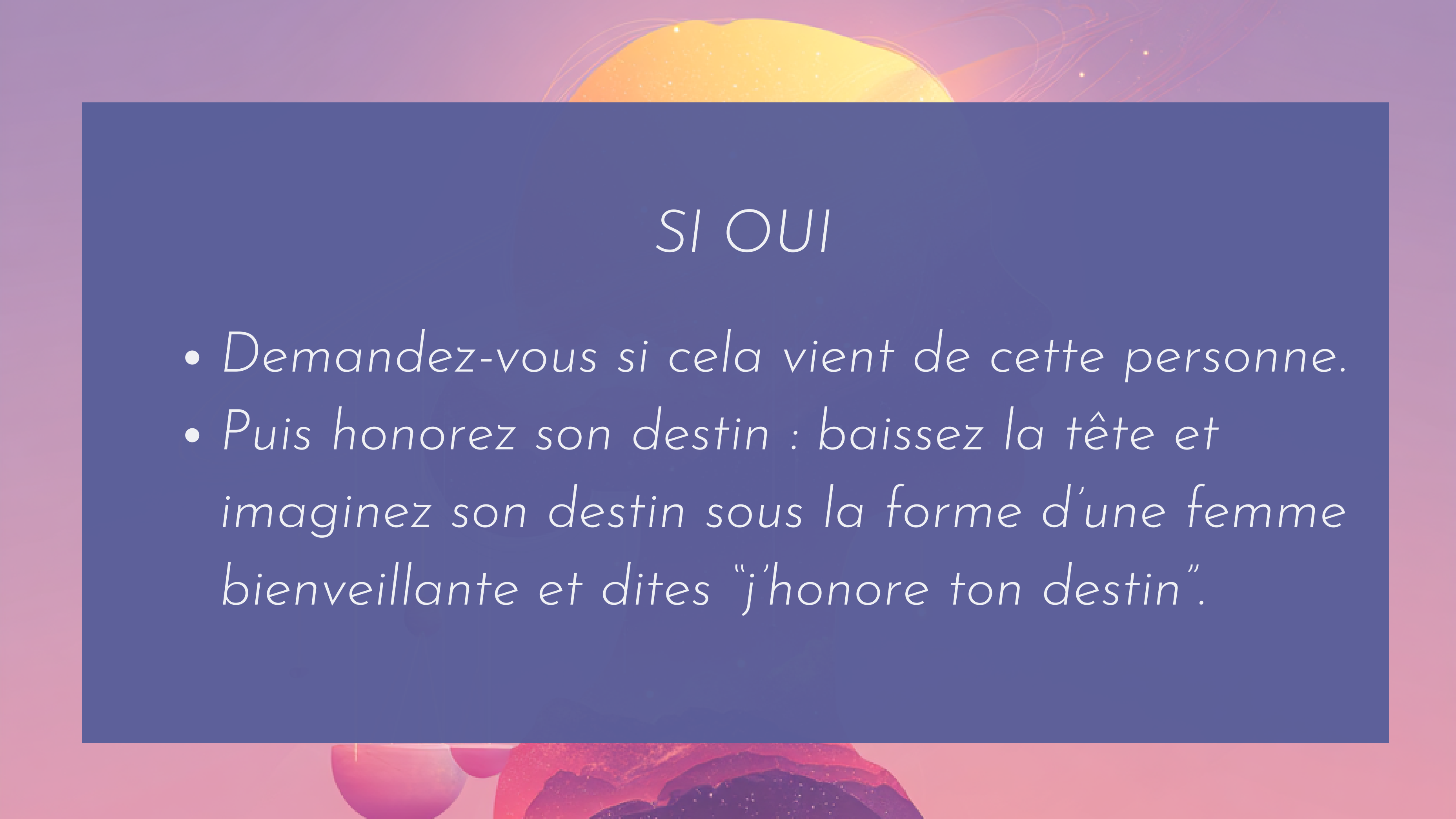
JE CALME MON ESPRIT

- 1. Je prends conscience de mon état de stress*
- 2. Je dis STOP*
- 3. Je prends une PAUSE et je me demande
"comment je reviens en PAIX maintenant" ?*



EST-CE MOI ? OU UN PROCHE ?

- *Voyez-vous un ami stressé dans la journée ?*
- *Ou avez-vous un proche qui va mal aujourd'hui ?*



SI OUI

- *Demandez-vous si cela vient de cette personne.*
- *Puis honorez son destin : baissez la tête et imaginez son destin sous la forme d'une femme bienveillante et dites "j'honore ton destin".*

Ma baguette magique



Méditation
Jardin de paix intérieure



*Exercice papillon :
comment revenir
au calme ?*



EXERCICE DU PAPILLON (tirée de l'EMDR)

- Pensez à une situation qui vous stresse un peu
- Notez à combien est votre détresse entre 0 et 10 ?
- Tapotons ensemble, les yeux fermés, en répétant "je peux être en paix" pendant une 20ème de fois.
- Ouvrez les yeux et respirez. Évaluez à combien vous êtes entre 1 et 10.
- Re commençons.

Dialoguez avec votre équipe de lumière

Entrer en contact avec les présences bienveillantes qui veillent sur vous. Apprendre à reconnaître les messages de vos guides, anges gardiens et êtres de lumière.

OCTOBRE Les guides spirituels

NOVEMBRE Les êtres de lumière

DÉCEMBRE Les anges gardiens



Manifestez et accueillez les épreuves

Élever votre vibration, transformer vos épreuves en sagesse et approfondir vos relations d'âme pour avancer avec plus de légèreté et d'alignement.

JANVIER Manifestation & vibration

FÉVRIER Relations & communication de l'âme

MARS Grandir par l'épreuve



Explorez qui vous ÊTES pleinement

Révéler votre mission d'âme, explorer les connexions au-delà du visible et vous accomplir pleinement dans cette vie que vous avez choisie.

AVRIL Mission d'âme & éveil

MAI Communication animale

JUIN Les vies antérieures

