

# Rencontre du jeudi 4 juillet

## Message de ton papa



Sois positif

« Il m'est plus facile de te parler et d'être près de toi quand les vibrations sont positives. Sours, ouvre ton cœur, tu seras ainsi disposé à mieux voir les signes que je t'envoie. »



Nouvelle dimension

« J'y suis arrivé. J'ai compris, j'ai réalisé qu'être dans l'au-delà, c'est vraiment vivre. C'est si beau là où je suis ! Je m'émerveille de toutes ces couleurs et de toute cette énergie qui émane de cette nouvelle dimension. J'aimerais partager avec toi tout cela. »



Le lézard

**LE MESSAGE DU CAMÉLÉON :** Je suis le Caméléon. J'incarne les couleurs de l'arc-en-ciel, car le Soleil joue à travers moi. Je fais partie des animaux ancêtres. Cela fait des millénaires que j'observe l'humanité sans bouger. Ma méditation est profonde. Je porte en moi la mémoire des gardiens de la Terre. Les lézards, les dinosaures, les dragons. J'ai acquis l'autonomie, la plénitude de la solitude. Je vois le monde les yeux fermés. Lorsque tu seras avec moi, je t'aiderai à dépasser ton image, à incarner toutes tes facettes. Tout ce que tu veux être, tu peux le devenir, puisque tu l'es déjà en essence. Les sens en éveil t'aideront à trouver le sens de ton existence. Avec moi, tu gagneras en oubli de toi. Car en oubliant ce petit moi auquel parfois tu t'accroches encore, tu découvriras l'immensité de ton être profond. Tu découvriras dans ton cœur l'humanité tout entière, alors tous tes projets t'apparaîtront accessibles !

**LE RITUEL DU CAMÉLÉON :** Je rends hommage au Caméléon, petit prince des arbres et des broussailles. Toi qui sais autant te fondre dans l'environnement que prendre les plus belles couleurs. Toi qui connais l'harmonie. Tu incarnes les couleurs de toutes les personnalités. Je me relie à toi pour mieux me connaître et mieux ressentir cette humanité en moi. Je me concentre sur mon être profond. Je me laisse toucher à présent par une personne dont j'apprécie les qualités, un ami, un artiste, un guide spirituel. Je me concentre sur ses qualités. Ça peut être son courage, son humour, sa sensibilité, son talent. Je ne sens aucune différence entre cet être et moi. Je ne cherche ni à me comparer, ni à reproduire. Je sens simplement qu'en essence ces qualités m'habitent. Je ressens dans mes cellules et dans tout mon corps ces qualités se diffuser. J'incarne immédiatement toutes les qualités que je choisis et sens que cela m'apaise et me nourrit.

Transformation énergétique fait prendre conscience  
du moment présent - Il y a plus de fluidité - moins de  
stress et d'attaches au passé



Connecte-toi à ton intuition, fais-toi  
confiance, soies courageuse et  
entoure-toi

## GUIDANCE

### Prendre conscience

Du moment présent, éviter le multitasking

Prendre des moments durant la journée pour prendre le pouls  
(se réancrer)

Des marches conscientes dans la nature

Écrire une lettre à ta maman

Utiliser le ho'oponopono avec ta maman

## À surveiller: Le chakra sacré

Il est le deuxième des sept chakras principaux dans le système énergétique du corps humain. Il est associé à la créativité, à la sexualité et aux émotions.

## Rituels pour le Chakra sacré

### Écriture Créative :

- Un journal où écrire librement sur les émotions, les désirs et les rêves.
- Dessiner ou faire de la peinture pour libérer la créativité qui est dormante en toi.
- Posture de yoga le pont - lien entre le chakra sacré et le chakra du coeur.

## MANTRA

Affirmations à répéter de 7 à 21 jours.

*Aujourd'hui, je décide et je me permets de me libérer de blocages et d'idées qui m'ont été envoyées par d'autres personnes et qui aujourd'hui m'empêchent d'exprimer et de prendre du plaisir.*

*Aujourd'hui je déclare que je suis méritante de tout le plaisir qui vient vers moi et que la vie m'offre.*

*Aujourd'hui je décide de m'aimer et de m'accepter et d'accueillir les belles choses que la vie a pour moi.*

*C'est ainsi, ça le sera, merci, merci, merci. Je crois en ceci comme je sais que mon nom est Lucie.*

*Je crois en ceci fermement comme je crois que le soleil se lève demain.*



## ***Affirmations Positives :***

- *"Je mérite le plaisir et la joie dans ma vie."*
- *"Je suis en harmonie avec mes émotions et je les exprime librement."*
- *"Ma créativité est une source de pouvoir et d'épanouissement."*