

Capsule ③ Syntonisation & Régénération

"J'étais une petite propriété ...

J'étais une petite propriété dévastée par l'orage.

*Le beau temps est revenu, la forêt et la rivière ont repris leur calme,
la maison est pimpante et brille sous le soleil et surtout, le champs
redevient beau, sain et normal.*

Merci mes blessures car je sais que vous avez fait cela

pour protéger notre tout,

et merci à moi-même de syntoniser, de régénérer pour ma guérison.

Je te remercie, je te bénis et je t'aime."

Modifié de Claude Sabbah

Mes actions

J'écris ou je dessine dans le mandala :

▶ **Quel est le passé duquel je veux divorcer?**

▶ **Quel est le présent que je souhaite épouser?**

▶ **Quel est l'avenir que je désire courtiser?**

Expérience spirituelle

La solitude dans l'environnement relationnel

Capsule ③ Syntonisation & Régénération

