

• Guidance • septembre 2025



Respirez

Connectez-vous à votre souffle, à votre cœur.
Laissez votre intuition vous guider vers un des
numéros ci-dessous :

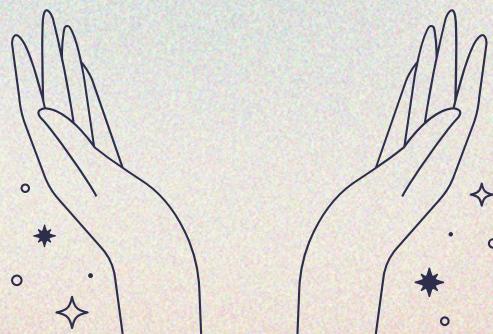
3

35

29

6

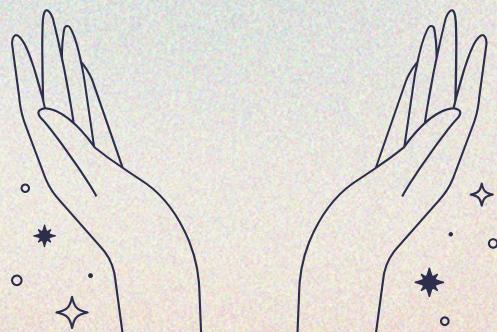
17



Prenez encore une
profonde respiration

...

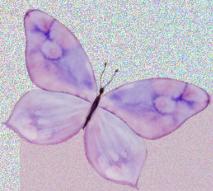
et découvrez votre message





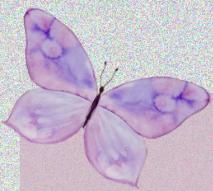
3 - Source

Cette carte vient te dire aujourd'hui : donne. Tu es fait pour donner, pour offrir ton amour, ton temps, ton écoute, tes mots, ta douceur, ta tendresse... mets du cœur et du service dans toutes les choses que tu entreprends. Tu es la source, la vie coule dans tes veines, tu ne manques de rien, tu es et as déjà tout. Alors ne garde pas pour toi cette magnifique énergie, cet amour infini et offre-le au monde aujourd'hui. Un sourire, un mot doux... c'est gratuit et ça donne un sens à la vie.



6 - Joie

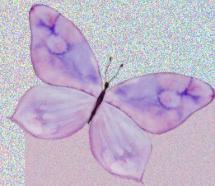
La joie n'est ni une émotion, ni un sentiment. Elle est la vie. La joie c'est ce que nous sommes profondément, nous avons perdu l'habitude d'être joyeux, certains pensent même ne pas avoir le droit de l'être. Mais tu es la joie. Cette carte vient te demander de réveiller ton enfant intérieur, pas obligatoirement celui que tu étais plus jeune, mais l'enfant qui vit en toi, aujourd'hui. S'émerveiller d'un papillon, du soleil... on te parle de simplicité. Rien dans la vie ne doit être compliqué, il y a toujours une porte pour goûter à la joie. On te dit ici : tu y as droit. Pas demain, pas l'année prochaine, mais aujourd'hui, maintenant. Laisse parler en toi l'enfant, accueille des idées, des projets, des relations, des activités qui te mettent en lien avec cette joie insouciante que tu portes en toi. Je suis sûre qu'il y a déjà des choses qui te viennent à l'esprit, alors vas-y ! Écoute cette partie de toi et amuse-toi !



35 - Introspection

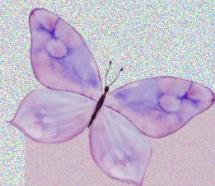
Tu portes en toi un monde caché et on te demande d'y retourner. De retrouver cette voie qui t'amène à l'intérieur de toi. Ton corps abrite la vie, en as-tu conscience ? Elle coule dans tes veines et est présente dans chacun de tes souffles. Des milliards de cellules naviguent dans ton corps à cet instant. À l'intérieur de toi, vit un univers immense. Ton univers. C'est la même chose avec ta conscience, organe invisible du corps humain, pourtant l'un des plus puissants. Elle est ton vaisseau, elle peut t'amener, juste par la pensée, n'importe où. Imagine une plage ? Ta conscience t'offre tout de suite une image. Pense à une personne que tu aimes ? Une image d'elle viendra également. Plusieurs fois par semaine, offre-toi 10 à 15 minutes de silence. Prends 3 minutes pour observer ton corps, la vie qui coule en toi, puis laisse ta conscience te guider dans tes contrées intérieures.

Je te souhaite de beaux et doux voyages en toi m'aime.



17 - Renouveau

Accueille le renouveau. Toutes les transformations que tu as pu vivre et incarner ces derniers mois t'ont porté-e ici, maintenant. Telle la fleur, tu fanes et renais à la vie. Tout en beauté, naturel-lle et confiant-e, il est temps d'exprimer cette présence. La gloire sonne à ta porte, ouvre-la avec tout ton amour, il est temps d'entamer un nouveau chapitre, celui de la joie, de l'amour et de la réussite. Avance avec confiance, avec envie et à l'image d'une fleur éclosé, qui s'ouvre à la vie.



29 - Auto-saboteur

Tu as deux sources de pensées : celles qui émanent de ton cœur et celles qui émanent de ta tête (de l'égo). Les pensées émanant de ton cœur sont celles reliées à la vie elle-même. Les autres sont reliées à toutes tes expériences passées, tes conditionnements, tes peurs et celles des autres. Alors je te pose cette question aujourd'hui : quels types de pensées laisses-tu s'immiscer en toi ? Celles du cœur ou celles de la tête ? On te demande de porter une grande attention à tes pensées, notamment lorsque tu te sens faible, stressé.e, triste ou en colère, car c'est à ce moment précis que ton mental prend le dessus. Comme l'a si bien dit Bouddha : "Ce que vous pensez, vous le devenez." Si tu estimes que tu ne vaulx rien, alors la vie te fera rencontrer des personnes en ce sens. Si tu penses ne pas mériter l'amour, l'argent, la réussite, il en sera de même. Chacune de tes pensées est capable de créer ta réalité d'aujourd'hui, mais attention, uniquement les pensées venant du cœur créeront ton bonheur. Apprends à les décrypter, car tu es la seule personne capable de créer ta réalité.

Prends 3 minutes pour visualiser tes rêves et répète ces petites phrases plusieurs fois : "Je mérite l'amour, le respect, la réussite..." - "Je suis capable de...". Fais-le chaque jour, 2 à 3 minutes, pour rééduquer tes pensées.