

Calibration quotidienne Synthèse

Observer ta météo intérieure

Soit avec la paume de ta main posée sur ton centre du cœur, soit avec des poupées russes, ou tout autre outil que tu aimes utiliser. Commence par te relier à toi, dans ton espace du cœur.

- Respire plusieurs fois à cet endroit.
- Puis observe simplement comment tu te sens.

Si ton niveau d'énergie demande un ajustement, change ta vibration : 3 minutes de danse, de chant, de respiration consciente, quelques squats ou du mouvement libre suffisent.

Pratique quotidienne — Agir depuis ta version complète

Ancre-toi. Connecte-toi à ta version complète à l'aide de l'audio guidé. Pose-toi ces questions :

- De quoi ai-je besoin de savoir aujourd'hui ?
- Sur quoi ai-je besoin d'initier ou d'agir aujourd'hui ?

Note ce qui vient.

Reviens ensuite à ta to-do list. Observe ce qui résonne avec tes insights et ajuste tes priorités en conséquence. Puis agis depuis ta version complète.

Calibration sur ta version complète — Agir depuis l'Être

L'intention de la méthode FLUIDE est d'agir depuis l'être, plutôt que depuis l'effort, la pression ou l'anxiété. Avant de passer à l'action — ou avant la plupart de tes actions — fais une pause pour te reconnecter à ta version complète.

- Prends quelques respirations profondes.
- Ancre-toi.
- Ressens ta version complète à l'intérieur de toi.
- Sens-le circuler, t'habiter.
- Puis ouvre les yeux et agis depuis cet espace.

Cette calibration se vit facilement devant ton écran ou ton ordinateur. Elle s'intègre aussi naturellement avant une séance client, ou même en attendant ton prochain rendez-vous dans la voiture.

Note importante

Ta version complète est la version de toi qui a déjà accompli ; celle issue de ta vision la plus élevée, de ton potentiel ou de ton rêve le plus vivant. Agir depuis ta version complète signifie agir depuis le futur, et non pour le futur. Tu ne poursuis plus des objectifs, tu incarnes celle ou celui qui dispose déjà de ce qui est nécessaire pour les réaliser. Ainsi, tu travailles en lien direct avec le champ de conscience quantique. Si tu as déjà travaillé avec moi, tu as rencontré cette version de toi lors d'une séance de Future Life Progression ou à travers le livre FLUIDE – Être est le nouveau faire.

