

SOINS DU SOLSTICE 2024



Informations pratiques :

Le Soin est effectué les 20 et 21 juin 2024
L'ancrage du Soin aura lieu le 21 juin à 20h
Tu ne dois pas forcément être mobilisé.e

Merci de bien lire toutes les consignes.

La préparation du Soin se fera le 20 juin de manière individuelle entre 16 et 17h30
Je ne donne pas d'heure précise puisque tu ne dois pas être mobilisé.e à ce moment. En revanche tu pourras déjà en ressentir quelques effets dès ce moment.

Le jour de l'ancrage du Soin soit, le 21 juin à 20h jusque 20h45 il est conseillé de :

1. Vaquer à tes occupations
2. Si tu as un coup de mou, pose-toi dans un fauteuil ou repose toi quelques minutes
3. Si tu sens des humeurs monter, aères-toi, sors un peu, bouge, change-toi les idées.

Plus tu penseras à autre chose et plus le Soin sera efficace. Si tu as opté pour le Talisman, il arrivera en même temps que le rapport de Soin accompagné de son mode d'utilisation.

Dès la fin du Soin et, **pendant trois jours**, consigner dans un carnet ou document Word :

- Ce que tu perçois de différent
- Les petits changements du quotidien
- Les petits changements relationnels
- La manière dont tu dors
- Les rêves ou l'absence de rêve
- Ce que tu ressens comme nouveaux besoins
- La manière dont tu appréhendes désormais tes journées
- La manière dont tu appréhendes désormais tes proches, ta famille.
- Et tout ce qui sort de ton ordinaire
- Ce que ton corps exprime
- Les humeurs
- Les peurs ou blessures qui ressortent ou auxquelles tu es confronté.e

Ensuite, **pendant 4 jours supplémentaires** prendre note des choses qui vous semblent peu ordinaires dans votre vie (sommeil, coïncidences, humeurs, appétit, etc)

IL NE FAUT PAS M'ENVOYER CES INFORMATIONS. Elles sont uniquement utiles pour que tu puisses prendre conscience des effets du Soin mais rappelle-toi, si tu ne ressens rien, cela ne veut pas dire que rien ne se produit. Parfois les effets se manifestent plus tard.

Le 28 juin, j'attends que tu me fasses part de tes ressentis sous la forme d'un document de quelques lignes dans lequel tu m'expliqueras :

- Tes premiers ressentis
- Tes premières sensations après le soin
- Si tu as vu des changements dans ta manière d'appréhender la vie
- Si tu te sens plus en force
- Si tu te sens à plat
- Si tu sens plus de clarté mentale
- Si tu as eu des prises de conscience
- Et tout ce que tu as envie de me dire suite au soin

Si dans les jours suivant le Soin, tu sens des humeurs monter là encore, change-toi les idées, àères-toi, consigne-les et fais-moi part de celles-ci si elles durent plus de 3 jours !

Profites bien de ce ressourcement 😊