

Votre plan d'action sur 4 semaines pour atteindre votre objectif :

Semaine 1 : les actions concrètes que je vais effectuer pour atteindre mon objectif

- Action 1 :
- Action 2 :
- Action 3 :
- Etc....

Semaine 2 : les actions concrètes que je vais effectuer pour atteindre mon objectif

- Action 1 :
- Action 2 :
- Action 3 :
- Etc...

Semaine 3 : les actions concrètes que je vais effectuer pour atteindre mon objectif

- Action 1 :
- Action 2 :
- Action 3 :
- Etc...

Semaine 4 : les actions concrètes que je vais effectuer pour atteindre mon objectif

- Action 1 :
- Action 2 :
- Action 3 :
- Etc..

Affirmez vos intentions pour les voir se réaliser :)

Petit rituel de la Nouvelle Lune pour la réalisation de vos souhaits

Etape 1 : Isolez-vous dans un coin calme où vous pourrez vous relaxer sans être dérangé, préparez un petit carnet et un bon thé ;)

Etape 2 : Méditez 5 minutes en vous concentrant sur votre respiration

Etape 3 : Fermez les yeux, concentrez-vous fortement sur vos plus grands rêves (que ce soit en amour ou dans d'autres domaines) et surtout concentrez-vous sur les émotions qu'ils réveillent en vous, faites comme si vous la viviez déjà actuellement...et écrivez ce que vous souhaitez au fond de votre cœur, en suivant les règles ci-dessous :

- Écrivez vos souhaits jusqu'à 8h après l'heure exacte de la Nouvelle Lune
- Concentrez-vous sur ce que vous voulez ressentir
- Écrivez vos intentions à la main dans un carnet
- Ressentez votre souhait lors de l'écriture visualisez-le comme si vous l'aviez déjà réalisé, si vous vous sentez en harmonie à ce moment-là, vous êtes sur la bonne voie :)
- N'écrivez pas d'intention à propos des autres et de leur comportement (cela ne marchera pas), écrivez plutôt à propos de vous, de votre ressenti et de votre perception de l'autre.
- 1 intention = 1 phrase
- Vous pouvez écrire jusqu'à 10 intentions, il vous faut en écrire plus d'une.
- Écrivez vos intentions sans mot négatifs, écrivez :

« Je souhaite vivre plus de tendresse » plutôt que « Je veux moins de distance et d'indifférence »

- N'hésitez pas à indiquer que vous souhaitez que le grand amour vous arrive facilement comme ceci :

« Je souhaite vivre le grand amour de manière facile et positive », « Je souhaite trouver aisément et rapidement la personne avec qui je vais me marier »

- Faites un vœu concernant le fait que vous souhaitez ne pas avoir peur des changements qui vous mèneront dans la bonne direction, afin de ne pas éprouver d'inquiétude ou d'anxiété quand ce que vous avez souhaité arrivera dans votre vie.

Écrivez vos intentions à chaque Nouvelle Lune et elles se réaliseront vite uniquement SI votre souhait est aligné avec ce que vous avez dans le cœur ☺