

GWENAËLLE DUDEK

ORACLE DE L'ÉQUILIBRE



LEDUC ↗
ÉSO

GWENAËLLE DUDEK

ORACLE DE L'ÉQUILIBRE

LEDUC 
ÉSO

De la même illustratrice aux éditions Leduc :
Mon oracle Message des Anges de Virginie Robert, 2020.

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez des informations sur nos parutions, nos événements, nos jeux-concours... et des cadeaux !
Rendez-vous ici : bit.ly/newsletterleduc

Retrouvez-nous sur notre site www.editionsleduc.com
et sur les réseaux sociaux.



Édition : Béatrice Le Rouzic
Correction : Nathalie Reyss
Design du coffret et maquette : Jennifer Simboiselle

© 2022 Éditions Leduc
10, place des Cinq-Martyrs-du-Lycée-Bufferon
75015 Paris - France
ISBN : 979-10-285-2570-5

Sommaire

S'aligner pour enchanter sa vie	7
Comment utiliser votre jeu ?	9
Mise en condition pour se tirer les cartes.....	11

LE CORPS 13

Je me nourris de vivant.....	15
Je bois de l'eau.....	17
Je bouge naturellement	19
Je respire en conscience.....	21
Je me connecte à la nature	23
Je me repose.....	25
J'améliore mon sommeil.....	27
Je me connecte à ma sensualité	29
Je regarde mon corps avec bienveillance.....	31
Je touche mon corps avec tendresse	33

LE CŒUR 35

Je me connecte à ma joie	37
Je kiffe tous les jours	39

Je règle mes comptes avec le passé.....	41
Je réduis le stress.....	43
Je prends quelqu'un dans mes bras	45
Je crée.....	47
Je cultive l'amitié	49
J'entreprends un changement.....	51
J'ouvre mon cœur	53
Je m'ouvre au pardon.....	55
Je trouve mon ikigai	57
J'ose.....	59
Je me purifie.....	61
Je guéris mes blessures intérieures	63

L'ESPRIT 65

Je maîtrise mes pensées.....	67
Je dompte mon autosaboteur	69
Je développe ma confiance	71
Je pratique la gratitude	73
Je prononce des affirmations positives	75
Je médite.....	77
Je lâche prise.....	79
J'écoute mon intuition.....	81
Je me connecte à l'invisible.....	83
Je développe mes pouvoirs magiques	85
Je cocrée avec l'univers.....	87

LE SEXE 89

Je mets ma sexualité en pause	91
Je pratique le sexe solo.....	93
Je m'auto-explore.....	95
Je pratique le <i>slow sex</i>	97
Je me connecte à la tendresse	99
Je savoure un baiser	101
J'écoute mon ressenti.....	103
Je réveille ma libido	105
Je m'autorise à jouir.....	107
J'expérimente l'extase.....	109

À propos de l'auteure.....	110
----------------------------	-----

S'aligner pour enchanter sa vie

En ayant cet oracle entre les mains, vous permettez à votre lumière de rayonner dans ce monde. Car vous avez le pouvoir de devenir pleinement qui vous souhaitez être et de manifester ce que vous souhaitez vivre. Votre réalisation la plus fabuleuse...

Gandhi disait : « Quand ce que vous pensez, ce que vous dites et ce que vous faites sont en harmonie, alors le bonheur vous appartient. » En rendant grâce à ces sages propos, cet oracle vous accompagne dans la voie de l'alignement de vos pensées, de vos ressentis et de vos actions afin de jouer la plus belle partition de votre vie.

Mais comme les instruments dans un orchestre, nous avons besoin de nous accorder pour sonner juste. Il est ainsi nécessaire de s'accorder régulièrement pour retrouver notre harmonie et jouer notre symphonie.

S'accorder, c'est s'aligner : aligner son corps avec sa tête et son cœur. D'autant que lorsque nous sommes accordés avec nous-mêmes, nous nous accordons aussi avec les vibrations extérieures.

Nous sommes alors en harmonie avec notre entourage et dans notre vie.

Nombre de parasites extérieurs viennent perturber ce juste équilibre : une mauvaise hygiène de vie, un entourage toxique, des croyances limitantes, des pensées négatives, une surdose de stress, une faible estime de soi ou encore une libido abîmée. Ces multiples facteurs posent une ombre sur notre lumière. Cet oracle va vous permettre de déceler ce qui parasite les fréquences que nous avons besoin d'émettre pour être aligné-e.

Les cartes de cet oracle vous informent sur les besoins de votre corps, de votre tête, de votre cœur et de votre sexualité pour vous (ré)aligner.

Comment utiliser votre jeu ?

Vous pouvez utiliser votre jeu en tirant une carte par jour ou par semaine afin de mettre en lumière la partie de vous qui demande un rééquilibrage, ou bien tirer une carte par catégorie (corps/cœur/esprit/ sexe) pour accéder à une compréhension plus profonde de vous-même au moment où vous en ressentez le besoin.

