

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](https://bit.ly/newsletterleduc)

Retrouvez-nous sur notre site [www.editionsleduc.com](http://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 *slow sex* ..... 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.

