

ET SI VOUS N'ÉTIEZ JAMAIS SEUL ?

LES 5 CLÉS POUR VOUS OUVRIR À
LA PRÉSENCE DE VOS GUIDES



E-BOOK OFFERT 2025



LÉZÂMSO

ET SI VOS GUIDES VOUS PARLAIENT DÉJÀ... SANS QUE VOUS LE SACHIEZ ?

Et si vous aviez toujours été guidé, mais que vous n'aviez jamais appris à reconnaître leur langage ? Dans ce petit e-book, nous allons vous offrir des clés simples, accessibles et inspirantes pour commencer à vous relier à ce monde subtil... Un monde d'amour, de guidance, de soutien. Un monde où l'on ne vous demande pas d'être parfait, mais juste... présent.

Bienvenue dans ce voyage intérieur.



(C) IÉZÂMSO

CLÉ I – LE MURMURE DE L'INTUITION : VOTRE PREMIER GPS

Votre intuition, c'est souvent la première porte.
Celle qui chuchote des « je ne sais pas pourquoi,
mais je sens que... ».

Apprenez à reconnaître ces élans du cœur, ces
pressentiments, ces évidences qui n'en sont pas
encore.

Astuce : Commencez un carnet d'intuition. Notez
vos ressentis, vos élans spontanés... et voyez ce qui
se confirme !

Message canalisé de vos Guides :

*« Nous sommes dans ce souffle qui précède la
pensée.*

*Dans ce mouvement léger que tu ressens, mais
que tu n'oses pas toujours suivre.*

*Aie foi dans l'élan subtil. L'intuition est notre
premier baiser.*

Elle est douce et précise. Elle est simple, et sacrée.

*Apprends à lui dire oui. Elle t'ouvre la voie vers
nous. »*



CLÉ 2 – LE CORPS, CETTE ANTENNE SACRÉE

Et si votre corps était le canal le plus pur de vos Guides ?

Frissons, chaleur dans la poitrine, boule dans le ventre, larmes soudaines...

Votre corps parle, vos Guides vibrent à travers lui.

Exercice : chaque jour, prenez 3 minutes pour respirer profondément et ressentir. Où est-ce que ça bouge ? Qu'est-ce que ça dit ?

Message canalisé de vos Guides :

« Nous te parlons par ton temple sacré.

Chaque tension, chaque frisson, chaque douceur est un langage.

Ton corps ne ment jamais. Il est notre messenger, notre tambour, notre flûte.

Écoute-le comme un ami. Il est le premier à nous accueillir.

Nous passons par lui quand ton mental nous ferme la porte. »



CLÉ 3 – LE LANGAGE DES SIGNES ET DES SYNCHRONICITÉS

Feuille tombée au bon moment, heure miroir, chanson qui vous parle pile au bon instant...

Vos Guides utilisent vos symboles pour communiquer.

Ils savent exactement ce qui va attirer votre attention.

Conseil : Demandez un signe précis. Puis... observez. Avec légèreté.

Message canalisé de vos Guides :

« Nous jouons avec la matière. Nous soufflons sur les vents du hasard pour t'offrir des réponses.

Un mot sur une affiche. Une plume au sol. Une vibration dans l'air.

Tu n'as pas à douter. Ce que ton cœur reconnaît est vrai.

Nous sommes les artisans discrets de ces clins d'œil célestes.

Et nous dansons à travers le visible pour que tu te rappelles que tu n'es jamais seul. »



CLÉ 4 – LE POUVOIR DE L'INTENTION

Pour recevoir, il faut ouvrir la porte.

Et cela commence par une intention claire, simple, posée avec le cœur.

Pas besoin de rituel complexe. Juste d'un «Je suis prêt à entendre ce qui est bon pour moi.»

Proposition : chaque matin, prenez une minute pour dire à voix haute :

« Je suis disponible pour la guidance juste et bienveillante aujourd'hui. »

Message canalisé de vos Guides :

« Nous ne forçons jamais les portes.

Une intention sincère nous attire comme un chant d'amour.

Lorsque tu ouvres cet espace, nous nous rapprochons.

Quand tu dis "je suis prêt", nous répondons "nous sommes là".

Ne doute pas de notre présence. Elle est immédiate, fidèle, silencieuse et infiniment aimante. »



CLÉ 5 – LE SILENCE, ESPACE SACRÉ DE LA RENCONTRE

Vos Guides ne crient pas. Ils murmurent dans les silences.

Dans la nature, dans vos rêves, dans les moments suspendus.

Apprenez à ralentir.

Suggestion : chaque soir, fermez les yeux 3 minutes. Et posez cette question intérieure :
« Qu’as-tu envie de me souffler ce soir ? » Puis, ressentez.

Message canalisé de vos Guides :

«C’est dans le creux du bruit que nous venons.

Là où plus rien ne t’agite, où tout peut vibrer.

Le silence n’est pas vide. Il est plein de notre présence.

Ne le crains pas. Entre en lui comme on entre dans un sanctuaire.

C’est là que tu nous retrouves, là que tu te retrouves.»



CE N'EST QUE LE DÉBUT...

Ce petit guide est une graine.

Une invitation à ouvrir un espace nouveau dans votre vie.

Si vous sentez que cela vous appelle, si vous avez envie d'aller plus loin...

Découvrez notre formation en ligne

« *Communiquer avec vos Guides – les bases essentielles* »

Une transmission simple, joyeuse et profonde, pour vous relier à votre guidance intérieure et ouvrir la voie à une relation consciente avec vos alliés invisibles.

Le lien est juste ici :

<https://formation.insufflonslamour.com/communiquer-avec-les-guides>



(C) IÉZÂMSO

QUI SOMMES-NOUS ?

Nous sommes Sophie & Anne-Sophie, deux âmes reliées par le cœur et unies par la conscience.

Guidées par la vie, par nos propres épreuves, nos élans, nos voyages intérieurs, nous avons chacune marché sur des sentiers intimes d'éveil, de guérison et de reconnexion à notre essence... jusqu'à ce que nos chemins se croisent. Depuis, nous avançons main dans la main, animées par une même vision: accompagner celles et ceux qui se sentent appelés à réveiller leur lumière.

Notre couple forme Lézâmsô, un espace vivant, ancré et sacré, où se mêlent le soin vibratoire, le chamanisme, l'hypnose transpersonnelle, la reliance aux plans subtils, et surtout... une profonde confiance dans le potentiel divin de chacun.

Nous ne prétendons rien d'autre que partager ce que nous avons reconnu, reçu, traversé, intégré.
Nous croyons que chacun peut redevenir un canal conscient de l'amour universel...
Et que tout commence par une simple ouverture: celle du cœur.



POUR NOUS RETROUVER



Nos chaînes YouTube :
www.youtube.com/@lezamso
www.youtube.com/@lezamso-fj



Instagram :
www.instagram.com/lezamso



Facebook :
www.facebook.com/lezamso



Notre Site Web :
www.insufflonslamour.com

Nous sommes également les auteures de :

Oracle “Les Messagers de l’Âme”
Livre “Alliance et Oeuvre Galactique”
Livre “Guide d’éveil Spirituel - Naviguer sur les
voies de la conscience



(C) LÉZÂMSO

"TA LUMIÈRE
N'ATTEND QUE TOI
POUR RAYONNER."

Avec tout notre Âmour

Sophie et Anne-Sophie



(C) LÉZÂMSO