

Grimoire de Projet Estival

De l'intuition à l'action, un pas à la fois





*Il existe un moment,
au cœur de l'été,*

*où les rêves cessent
d'être des murmures*

et deviennent des routes.

Ce grimoire est la carte.

*Le voyage, lui,
t'appartient.*





De l'escale au grand voyage

Bienvenue, voyageuse

Si tu tiens ce grimoire entre tes mains, c'est que quelque chose en toi est prêt. Prêt à ne plus seulement rêver, mais à bâtir. Prêt à transformer une intuition en chemin, une étincelle en feu doux qui éclaire ton été tout entier.

À L'Escale de l'Alchimiste, tu as ralenti. Tu as écouté. Tu as fait remonter à la surface ce qui te tient vraiment à cœur. Tu sais désormais ce qui t'appelle.

Le Grimoire de Projet Estival est l'étape suivante. Celle où l'on choisit. Celle où l'on trace. Celle où l'on avance — pas à pas, sans se brûler, en respectant le rythme du soleil et celui de ton souffle.

Pendant les douze semaines suivantes, tu vas choisir un seul projet : celui qui mérite ta lumière cet été. Tu vas lui donner une vision, une forme, une feuille de route. Et surtout, tu vas le mettre en mouvement.

Ce grimoire n'est pas un livre que l'on lit. C'est un compagnon que l'on remplit. Prend ton temps. Reviens-y. Écris dans les marges. Colle, dessine, rature. Fais-en ton œuvre.

À la fin de l'été, tu ne tiendras plus seulement un workbook : tu tiendras la preuve qu'une saison suffit pour faire naître quelque chose de vrai.

Bon voyage.

Avec toute ma tendresse,

Nathalie Vanexe

✧ @alchimistedeprojets.com ✧





Comment naviguer le Grimoire



Ce grimoire se déploie en cinq grands chapitres , comme cinq escales
d'un même voyage :

Le rythme suggéré

- Semaine 1 : Chapitre I — choisir
- Semaine 2 : Chapitre II — clarifier
- Semaines 3 & 4 : Chapitre III — planifier
- Semaines 5 à 16 : Chapitre IV — avancer (un rituel hebdomadaire)
- Dernière semaine : Chapitre V — célébrer

Trois petites règles douces

- ◆ Une page à la fois. Ce grimoire n'est pas une course.
- ☞ L'imperfection est sacrée. Rature, changement d'avis, recommence.
- ⚓ Reviens à ton soufflé. Si tu te sens dispersée, ferme le grimoire, respire trois fois, et rouvre-le.

✧ *Conseil de l'Alchimiste Garde toujours un crayon doré ou une plume préférée à proximité. Le geste compte autant que les mots. Quand l'objet est beau, l'écriture devient un rituel.*



✧ @alchimistedeprojets.com ✧





Le pacte de l'alchimiste

MON ENGAGEMENT POUR CET ÉTÉ

Moi, _____,
je prends aujourd'hui l'engagement de m'offrir cet été comme un espace sacré de création.

Je choisis de :



Honorer un projet avec Constance, plutôt que m'éparpiller dans dix.



Écouter mon intuition autant que ma raison.



Respecter mon rythme, même lorsqu'il est prêté.



Célébrer chaque petite pierre posée sur le chemin.



Être bienveillante avec moi-même quand le doute viendra.

Je m'engage à revenir à ce grimoire au moins _____ fois par semaine, pendant les _____ prochaines semaines.

À la fin de l'été, je veux pouvoir dire : « J'ai osé. J'ai commencé. Je suis fier. »

Fait à _____

Le _____

Signature : _____



@alchimistedeprojets.com





La carte de ton voyage



Port I — Le Port de Départ	p. 7
Choisir le projet qui mérite ton été	
Port II — La Carte du Trésor	p. 17
Donner forme et sens à ta vision	
Port III — Le Grand Livre des Routes	p. 29
Tracer un plan réaliste et inspirant	
Port IV — La Traversée	p. 45
Avancer, semaine après semaine	
Port V — Le Retour au Port	p. 59
Célébrer, rayonner, continuer	



« Chaque port est une promesse. Chaque page, un pas. »



✧ @alchimistedeprojets.com ✧





Le port de départ

Chapitre 1 Choisir son projet



L'inventaire du grimoire



Rassembler tous vos projets en germe

Avant de choisir, il faut voir.

Voir tout ce qui dort en toi : les idées notées sur un coin de carnet, les envies murmurées sous la douche, les projets rapportés depuis des mois, les graines plantées dans l'élan d'une inspiration et jamais arrosées.

Aujourd'hui, on ne juge pas. En inventaire . Comme on viderait un coffre ancien pour voir, enfin, ce qu'il contient vraiment.

Consigner

Note ci-dessous tous les projets, idées, envies, intuitions qui vivent en toi en ce moment — qu'ils soient petits, immenses, raisonnables ou un peu fous. L'objectif n'est pas de trier, mais de sortir tout ce qui est là .



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

✧ *Conseil de l'Alchimiste Ne te censure pas. Le projet qui te semble « trop petit » ou « trop grand » mérite d'être écrit. C'est souvent celui-là qui révèle le plus.*



@alchimistedeprojets.com





Ma boussole intérieure

Quel projet fait vibrer ton plexus ?

Ton corps sait. Bien avant ta tête.

Quand tu penses à certains projets, quelque chose en toi se contracte.

À d'autres, quelque chose s'ouvre — une chaleur, une légèreté, parfois même un léger vertige. C'est ta boussole.

Consigner

Reprend ta liste de la page précédente. Pour chaque projet, ferme les yeux 5 secondes, imagine-toi en train de le réaliser, et note ta sensation corporelle avec un seul mot.

Projet	Sensation corporelle	Intensité (1-5)
.....		☆ ☆ ☆ ☆ ☆
.....		☆ ☆ ☆ ☆ ☆
.....		☆ ☆ ☆ ☆ ☆
.....		☆ ☆ ☆ ☆ ☆
.....		☆ ☆ ☆ ☆ ☆
.....		☆ ☆ ☆ ☆ ☆
.....		☆ ☆ ☆ ☆ ☆
.....		☆ ☆ ☆ ☆ ☆

Questions de réflexion

- ◆ Quel projet a obtenu l'intensité la plus forte ?
- ◆ Y a-t-il une surprise dans ce que ton corps t'a indiqué ?
- ◆ Quel projet t'a contracté ? Pourquoi, à ton avis ?

« *Le mental hésite. Le corps tranche.* »



@alchimistedeprojets.com





Le filtre alchimique

Quel projet fait vibrer ton plexus ?



Cinq questions pour partir

Tu as maintenant une intuition. Affinons-la avec cinq questions qui agissent comme un tamis doré : seuls les projets vraiment justes traverseront.

Consigner

Choisis tes 3 à 5 projets favoris et sou mets-les, un par un, aux cinq questions ci-dessous.

Répondez avec ton cœur, pas avec ta stratégie.

Projet exploré : _____



Sens — Ce projet at-il du sens pour moi, profondément ?

☐ Oui pleinement ☐ En partie ☐ Pas vraiment



Élan — Est-ce que j'ai envie de m'y mettre cet été , pas « un jour » ?

☐ Oui ☐ Moyennement ☐ Non



Cohérence — S'inscrit-il dans la direction que prend ma vie / mon activité ?

☐ Oui ☐ En partie ☐ Non



Faisabilité — Puis-je réellement en faire avancer une partie significative en 12 semaines ?

☐ Oui ☐ À moitié ☐ Non



Impact — Servira-t-il quelqu'un d'autre que moi ? Et de quelle manière ?

Réponse libre :

✧ *Conseil de l'Alchimiste Un « non » à la question de l'élan suffit souvent à écarter un projet. Sans envie, aucun plan ne tient l'été.*



@alchimistedeprojets.com





Le projet qui me choisit



Écriture intuitive

Et si ce n'était pas toi qui choisissais ton projet, mais lui qui te choisissait ?

Cet exercice d'écriture intuitive consiste à laisser parler le projet lui-même. C'est étrange, c'est doux, c'est puissant.

Consigner

Installe-toi temporairement. Respirez trois fois. Puis écris sans t'arrêter pendant 10 minutes, en laissant le projet (parmi tes finalistes) qui te semble le plus vivant te parler à la première personne.

Commence par cette phrase :

« Je suis le projet que tu portes depuis... »



Handwriting practice lines consisting of five sets of wavy blue lines, each set containing two lines for writing.

✧ *Conseil de l'Alchimiste Ne te relis pas pendant l'écriture. Laisse couler. C'est dans le flot, pas dans la correction, que la vérité émerge.*



@alchimistedeprojets.com



Portrait créatif du projet



Donne-lui un visage

Avant même de le bâtir, on va le représenter . Un projet qu'on a vu — ne serait-ce que dans une esquisse, un mot-clé, une couleur — devient plus réel.

Consigner

Sur cette page libre, donne forme à ton projet de la manière qui te ressemble :

- ★ un dessin, même maladroit
- ★ un collage de magazines
- ★ des mots-clés en typographies différentes
- ★ une carte mentale
- ★ une aquarelle
- ★ des symboles



« Ce qui prend forme sur la page commence à exister dans le réel. »



@alchimistedeprojets.com



Déclaration d'intention

Je choisis mon cap



Après réflexion, écoute et intuition, je déclare aujourd'hui
que le projet que je porte cet été est :

En une phrase, ce projet consiste à :

.....

.....

.....

Je le choisis parce que :

.....

.....

.....

À la fin de l'été, je veux pouvoir dire que :

.....

.....

Fait avec foi et douceur, le _____

Signature : _____



Test de cohérence



Valeurs × Énergie × Impact

Maintenant que ton projet est nommé, vérifions qu'il est bien aligné sur les trois axes qui font tenir une création dans la durée.

Consigner

Mes 3 valeurs les plus engagées dans ce projet

Ce qui me donne de l'énergie dans ce projet

Valeurs

Énergie

Ce qui pourrait m'en prendre

L'impact que
Impact j'espère générer

✧ *Conseil de l'Alchimiste Si l'un des trois axes obtient moins de 3 étoiles, ne change pas nécessairement de projet – ajuste-le. Un projet aligné se redessine, il ne se renie pas.*



@alchimistedeprojets.com





Page de réflexion libre

Ce qui monte, maintenant que
j'ai choisi

Maintenant que tu as posé ton choix, différentes émotions peuvent émerger : enthousiasme, doute, soulagement, peur ou espoir.

Accueille-les simplement.

Écris librement ce qui traverse ton cœur en ce moment.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

« Choisir, c'est déjà créer. »

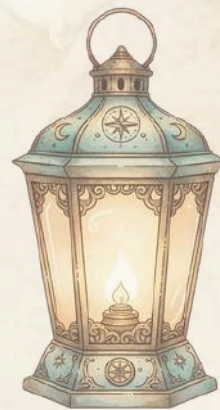


✧ @alchimistedeprojets.com ✧



Rituel

Mon voyage commence.
Ma lanterne reste allumée.



Sceller le port de départ

Chaque chapitre de ce grimoire se renvoie par un petit rituel.
Pas pour faire joli — pour ancrer.
Ton corps et ton inconscient ont besoin de ces ponctuations pour
savoir : quelque chose vient d'être décidé .

Le rituel du Port de Départ

Allume une bougie (ou imaginez sa flamme, si tu n'en as pas sous
la main).

Relis à voix haute ta déclaration d'intention (page 13).

Pose ta main sur ton cœur et dis-toi :

« J'ai choisi ce projet. Je me choisis. L'été s'ouvre devant moi. »

Soufflez la bougie. Ce souffle est ton premier geste créateur.

Ce que j'ai ressenti pendant ce rituel :

.....
.....
.....
.....

Date de ce premier sceau : _____

« *Le voyage commence à l'instant où l'on souffle la première flamme.* »



@alchimistedeprojets.com





La carte du trésor

Chapitre 2 Clarifier la vision





La carte au trésor



@alchimistedeprojets.com



Bienvenue dans la carte au trésor

Donner forme à la vision

Ton projet est choisi. Il reste à le voir. Dans ce chapitre, tu vas dessiner sa silhouette, ses couleurs, sa lumière.

Pas pour le figer — pour mieux le reconnaître quand il viendra.

« Dans ce port, tu vas... »



Voir ton projet à 12 mois



Nommer celles à qui il s'adresse



Poser ses 3 piliers



Créer son atmosphère



Mesurer son rayonnement



Trouver son mantra

✧ *Ne cherche pas la vision parfaite. Cherche la vision vivante.*



@alchimistedeprojets.com





Vision à 12 mois

Été prochain, où en es-tu ?

Ferme les yeux quelques instants.

Nous sommes dans un an.

Ton projet existe déjà.

Observe-le comme si tu le découvrais aujourd'hui.

un son

ce qui me rend fière

une odeur

autour de moi

mon projet

nous sommes en

Je me sens

une couleur

✧ *écris comme si c'était déjà vrai. Ton corps écoute.*



✧ @alchimistedeprojets.com ✧



Portrait de ta cliente idéale

Celle pour qui ton projet est une réponse.

Dessine son visage, son ambiance, son objet fétiche.

Plus elle devient réelle, plus ton projet trouve son chemin

Fiche d'identité



Son prénom



Son âge



Ce qu'elle traverse



Ce qu'elle rêve tout bas



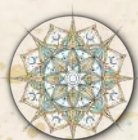
Ce qui la freine



Ce qu'elle cherche sans le nommer



« Quand tu écris pour une, tu touches mille. »



@alchimistedeprojets.com

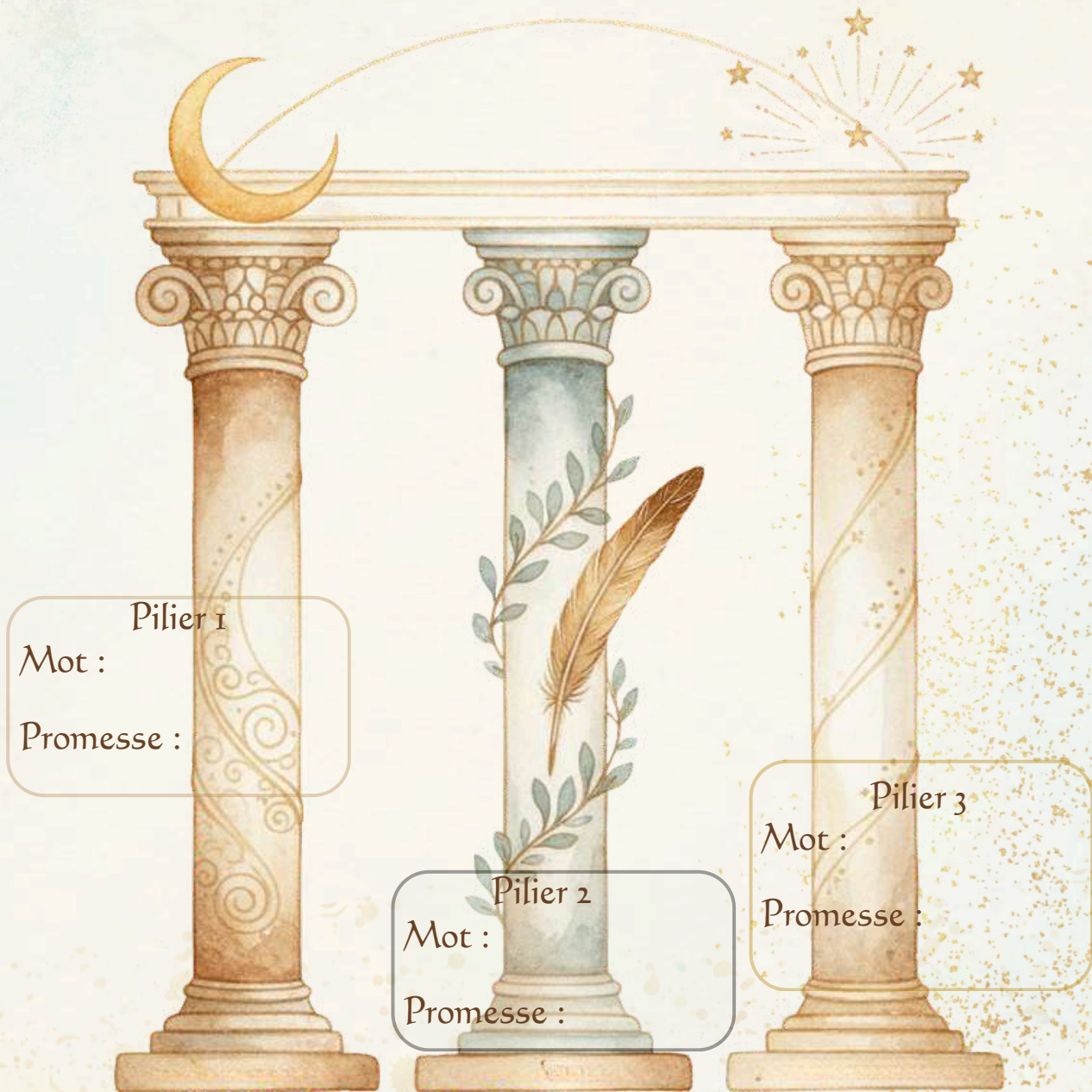




Les trois piliers

Les trois colonnes du temple.

Trouve les trois mots-clés qui portent ton projet. Pas plus.



✧ *Trois piliers suffisent pour porter une cathédrale.*



✧ @alchimistedeprojets.com ✧



Mood Board de l'atmosphère

L'âme de ton projet en images.

Une image qui
m'inspire

Ma palette

Une texture

Un
paysage

Un mot
puissant

Un objet
symbole



✧ *Conseil de l'Alchimiste : ton projet a une lumière.*

Trouve-la avant les mots.



@alchimistedeprojets.com



La voix de ton projet

Quelle énergie porte-t-il naturellement ?

Ajoute un petit cercle sur la jauge selon ce que tu penses:



« Ton projet n'a pas besoin d'imiter. Il a besoin de
résonner. »



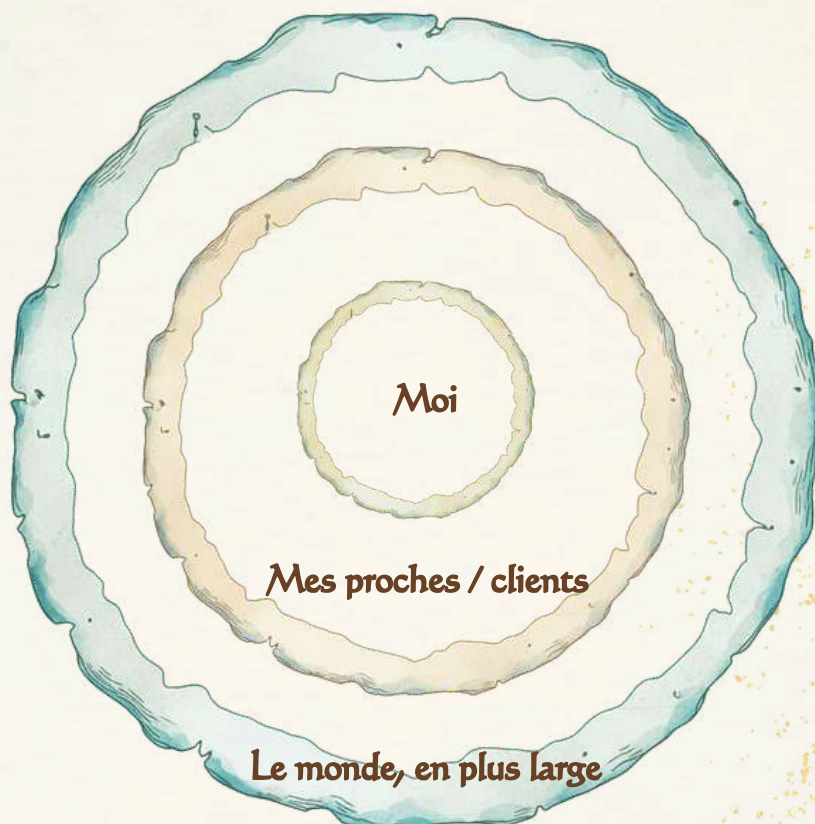
✧ @alchimistedeprojets.com ✧



Les cercles d'impact

Jusqu'où ta lumière voyage.

À compléter dans chaque cercle :



Moi

Qui ? _____

Ce que ça change : _____

Le monde, en plus large

Qui ? _____

Ce que ça change : _____

Mes proches / clients

Qui ? _____

Ce que ça change : _____

✧ *Un projet qui te transforme, transforme.*



✧ @alchimistedeprojets.com ✧



Ce que ton projet n'est pas

Pour mieux révéler ce qu'il est.



Chaque projet possède une essence unique. En nommant ce qu'il est...
et ce qu'il refuse d'être, tu lui offres des contours plus nets.

★
Mon projet est

★
Mon projet N'est PAS



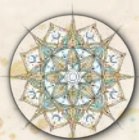
□ □ □ □ □ □ □ □ □ □

□ □ □ □ □ □ □ □ □ □

✧ *Mon signal d'alarme*

Le mot, l'étiquette ou l'énergie que je refuse d'associer à
mon projet :

.....



✧ @alchimistedeprojets.com ✧





Le mantra du projet

Une phrase. Une boussole. Un phare.

Ton mantra n'a pas besoin d'être parfait. Il doit simplement te remettre en mouvement..



Essai 1

.....
.....
.....

Essai 2

.....
.....
.....

Essai 3

.....
.....
.....

Astuce : Une phrase courte. Au présent. Qui te fait respirer plus grand.



@alchimistedeprojets.com



Auto-check de la vision

Ma carte est-elle lisible ?

Avant de poursuivre, prends un instant pour vérifier la clarté de ton projet. Une vision imparfaite mais claire vaut mieux qu'une vision parfaite jamais terminée.

Liste à cocher

- | | |
|--|--|
| ☐ Je vois mon projet à 12 mois | ☐ Je peux nommer son ton |
| ☐ Je sais à qui il s'adresse | ☐ Je mesure ses cercles d'impact |
| ☐ Je connais ses 3 piliers | ☐ J'ai un mantra qui me porte |
| ☐ Je sens son atmosphère | |

Ma clarté actuelle

Colorie les cercles selon ton niveau

Floue : ➤ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ➤ Limpide

Ce qui reste à éclaircir

✧ *Une vision claire à 70 % vaut mieux qu'une vision parfaite jamais finie.*



✧ @alchimistedeprojets.com ✧





Sceau du Chapitre II

Ma vision est tracée.
Ma lanterne reste allumée.

Le rituel du Cap

Relis ton mantra à voix haute

Pose la main sur ta carte

Respire trois fois et accueille la direction



Date du sceau : _____

✧ *Ma vision est tracée.*

Ma lanterne reste allumée. ✧

Prochain port : Le Grand livre des Routes

Là où la vision devient plan.



@alchimistedeprojets.com





Le grand livre des routes

Chapitre 3

Le plan d'action en 90 jours





Le Grand Livre des Routes

Tracer la voie, pas à pas, du rivage à l'horizon.



@alchimistedeprojets.com



Le Grand Objectif du Voyage

Ton phare à 90 jours



Dans 90 jours, quel résultat concret aimerais-tu voir prendre vie ?

Choisis une destination claire, inspirante et suffisamment précise pour guider chacun de tes pas.

Pourquoi

Pourquoi cet objectif est-il important pour moi ?

Comment je le saurai ?

Quel signe concret me montrera que j'ai atteint mon objectif ?

Pour qui

Qui bénéficiera de cette réalisation ?



« Une cathédrale est un tas de pierres patient. »



@alchimistedeprojets.com

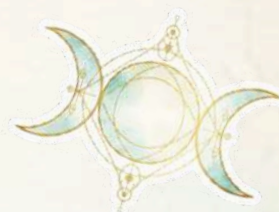




Les trois lunes du voyage

Du port à l'horizon :
Préparer, Naviguer, Accoster.

Pour chaque étape, écrire en une phrase ce qu'elle représente dans son projet



Préparer (J1–J30)



Naviguer (J31–J70)



Accoster (J71–J90)

« Chaque lune éclaire une étape que le soleil ne révèle pas encore. »



@alchimistedeprojets.com

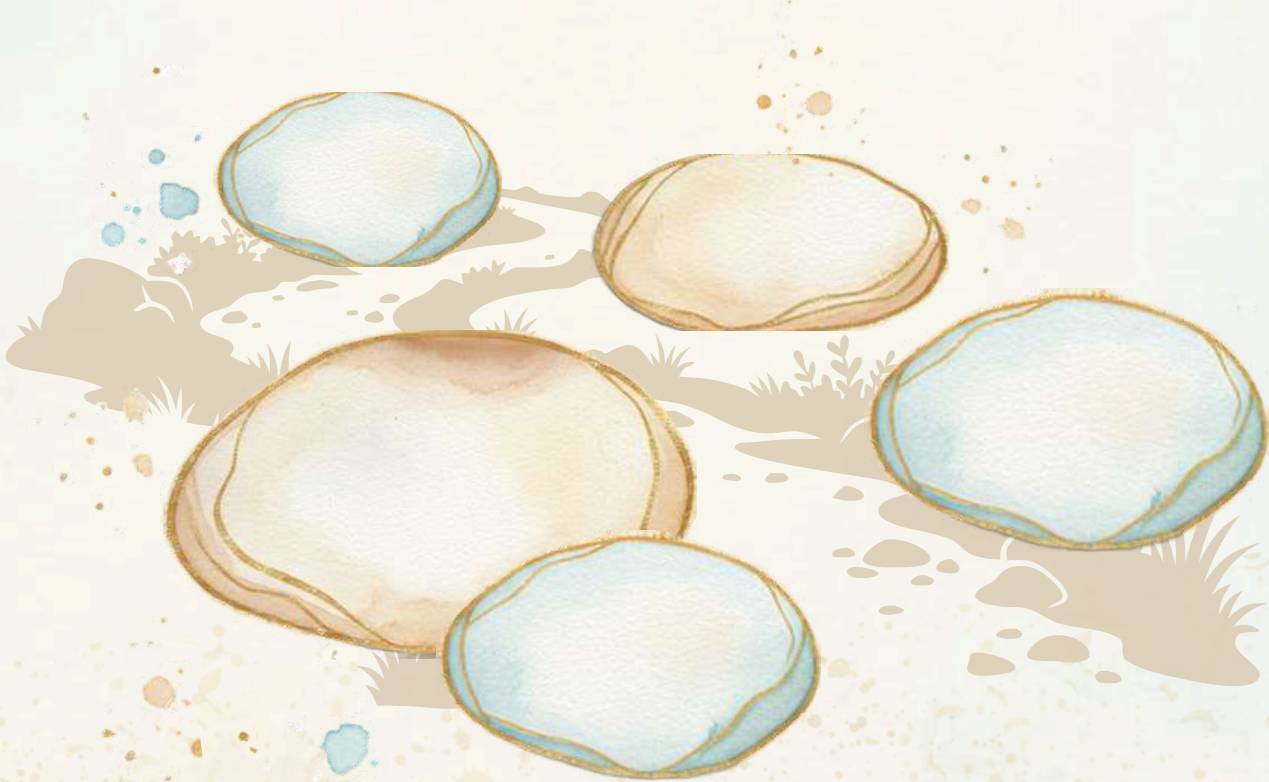


La méthode des Petites Pierres



Avancer sans s'épuiser, une
pierre après l'autre

Lister 5 « petites pierres »
que je peux poser cette semaine (≤ 30 min chacune).



« Une cathédrale est un tas de pierres patient. »



@alchimistedeprojets.com



La carte des 12 semaines



Du rêve au réel, une étape à la fois.

Inscris les 12 réalisations qui marqueront ta traversée.

①	②	③
④	⑤	⑥
⑦	⑧	⑨
⑩	⑪	⑫

« Un livrable se voit, se touche, se montre. »



@alchimistedeprojets.com



La carte des routes

Mon itinéraire visuel des 90 jours

Dessine ton itinéraire comme une ancienne carte marine.

Relie tes 12 escales et vois ton projet prendre vie.



« Chaque escale rapproche un peu plus du rivage désiré. »



✧ @alchimistedeprojets.com ✧





Mes 3 indicateurs de progression

Les signes qui me montrent que j'avance.

Choisis trois repères qui te montreront que ton projet avance.

Mon indicateur concret



Mon indicateur du cœur



Mon indicateur d'alignement



"Tout progrès mérite d'être remarqué, même lorsqu'il est invisible."



@alchimistedeprojets.com



Les étoiles qui me guideront

Les valeurs qui éclaireront ma traversée.

Lorsque le ciel s'assombrit, les étoiles ne montrent pas le chemin à ta place. Elles te rappellent simplement la direction à suivre.

Choisis les 3 à 5 valeurs qui guideront ton voyage. Tu peux aussi ajouter les tiennes si elles ne figurent pas dans cette liste.



PATIENCE



PERSÉVÉRANCE



COURAGE



DOUCEUR



CONFIANCE



AUTHENTICITÉ



JOIE



CRÉATIVITÉ



CURIOSITÉ



LIBERTÉ

« Les étoiles n'effacent pas la nuit. Elles t'aident à continuer d'avancer. »



✧ @alchimistedeprojets.com ✧





Les Vents contraires

Anticiper les tempêtes avec douceur.

Quels vents pourraient ralentir ton projet ?

Écris-les, puis imagine l'antidote qui t'aidera à garder le cap.



Mes vents

Mes antidotes



« Les vents contraires apprennent au marin à tenir son cap. »



✧ @alchimistedeprojets.com ✧



Mes Alliés de Traversée



Personne ne navigue seule.

Qui t'aidera à garder le cap pendant cette traversée ?



Personnes :

Outils :



Rituels :

Lieux :

« Même le plus grand navigateur a besoin d'un équipage. »



@alchimistedeprojets.com



Rituel de la Première Pierre

Poser le premier geste, sacrement.

Choisis la première action que tu poseras dans
les 48 prochaines heures.



Avant d'écrire, prends une profonde inspiration. Crée un instant
qui t'apaise : une bougie, un peu d'encens ou simplement quelques
respirations profondes.

Puis engage-toi envers toi-même.

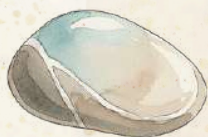
Ma première pierre :

Posée le :

Heure :

Lieu :

Signé : _____



« Un projet naît la seconde où l'on pose la première pierre. »



✧ @alchimistedeprojets.com ✧



Engagement de navigation

Ce à quoi je m'engage envers moi-même.

Formaliser son engagement pour les 90 prochains jours.

Écris les engagements qui guideront ton voyage. Ils deviendront ton cap lorsque les vents seront moins favorables.

« Il ne s'agit pas de te promettre la perfection, mais de choisir la direction que tu souhaites suivre. »



Je m'engage à avancer ...



Je célébrerai chaque...



Je m'autorise à ralentir quand...



Je demanderai de l'aide à...



Signature



« Ce n'est pas la perfection qui mène au port, mais la fidélité à son cap. »



✧ @alchimistedeprojets.com ✧





Ma Route en Mots

Écrire le voyage avant de le vivre.

Imagine que 90 jours se sont écoulés. Tu viens d'atteindre ton cap. Raconte cette traversée : ce que tu as accompli, ce que tu as appris, ce dont tu es fière et la personne que tu es devenue.

« Les mots donnent une voix aux rêves avant qu'ils deviennent réalité. »



@alchimistedeprojets.com





Sceau du Chapitre III

Sceller ton plan avant de prendre le large.

Avant de poursuivre, prends un instant pour
reconnaître le chemin déjà parcouru.

Relis ton plan. Respire profondément. Tu es prête à
commencer la Traversée.



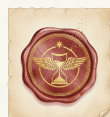
Relis ta carte des routes.



Pose la main sur ta Première Pierre.



Prends trois respirations profondes.



Scellé le :
Signature :

*« Le vent ne choisit pas ta destination. Il révèle seulement la manière
dont tu tiens la barre. »*



Prochain port : La Traversée



✧ @alchimistedeprojets.com ✧





La Traversée

Chapitre 4

Avancer avec constance





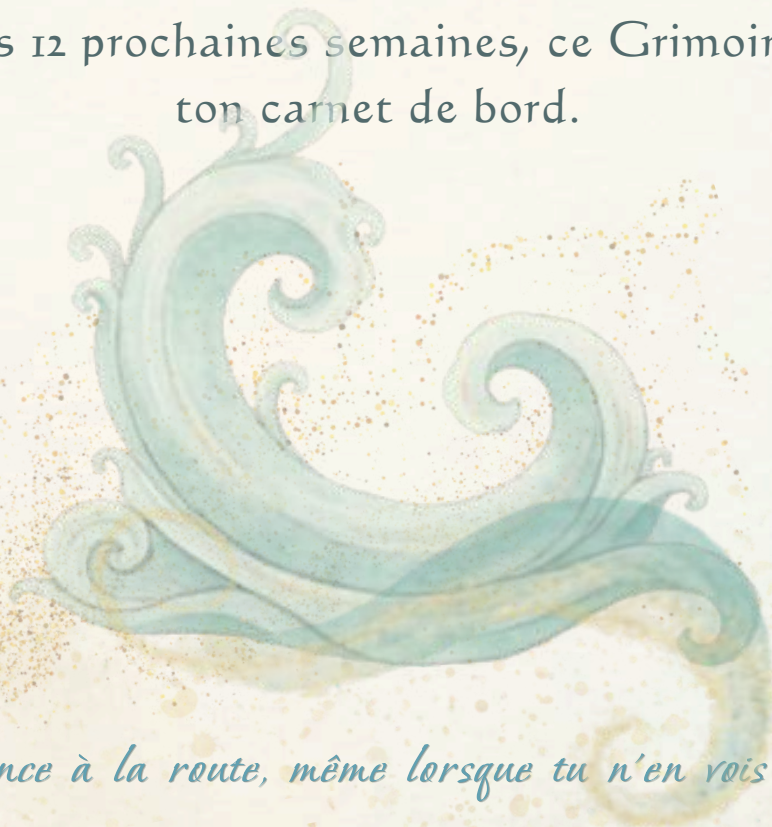
La Traversée

Naviguer avec constance, accueillir
chaque vague.

Les plus grandes traversées ne se construisent pas en une
seule journée.

Elles avancent grâce à de petits gestes répétés avec
confiance.

Au cours des 12 prochaines semaines, ce Grimoire deviendra
ton carnet de bord.



« Fais confiance à la route, même lorsque tu n'en vois pas encore le
rivage. »



@alchimistedeprojets.com



Rituel hebdomadaire

Un moment sacré chaque semaine pour
avancer dans ma traversée.

Chaque semaine, prends ce temps pour te reconnecter à ton
cap avant de poursuivre ta traversée.



Allumer (3 min) — bougie + respiration



Relire (10 min) — semaine passée



Sentir (10 min) — où j'en suis



Tracer (20 min) — semaine à
venir



Sceller (5 min) — gratitude

« *Un rituel répété devient un sanctuaire.* »



@alchimistedeprojets.com





Mon ancre hebdomadaire

Le geste qui ramène à l'essentiel.

Choisis un geste-ancre que tu pourras répéter chaque semaine (thé, marche, musique...).



Mon ancre de la semaine

Pourquoi cette ancre est importante pour moi ?



Comment saurai-je que j'ai gardé le cap ?

« Si la mer s'agite, je reviens à cette ancre. »



@alchimistedeprojets.com





Mon carnet de bord

Chaque semaine, je choisis mon cap

Semaine:

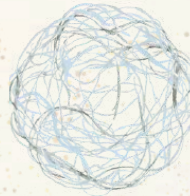
Intention de la semaine :

Mes 3 pierres de la semaine :



Mes ressources:

.....
.....
.....



Mes vents contraires:

.....
.....
.....

*« Ce n'est pas la vitesse qui fait avancer un navire, mais la
constance de son cap. »*



@alchimistedeprojets.com





Mon carnet de bord

Chaque semaine, laisse une trace
de ton voyage.

Intention de la semaine : _____



Ma plus belle victoire :



Ce que je continue:



Ma gratitude:

*« Les plus beaux trésors d'une traversée sont souvent ceux que l'on
découvre en soi. »*



@alchimistedeprojets.com





Mouiller l'ancre

Une escale pour écouter ce que
la traversée m'enseigne.

Les plus grands navigateurs savent qu'il est parfois
nécessaire de jeter l'ancre avant de reprendre la mer.
Accorde-toi ce moment pour observer ton chemin avec
bienveillance.

Les pages suivantes t'invitent à faire escale. Prends le
temps de répondre à chacune d'elles avec sincérité. Il n'y
a ni bonne ni mauvaise réponse, seulement ton chemin.

« Une escale n'interrompt pas le voyage. Elle lui donne du sens. »



@alchimistedeprojets.com





Mouiller l'ancre



Qu'est-ce qui me rend le plus fière depuis le début de cette traversée ?

« Prends le temps d'honorer le chemin parcouru avant de regarder celui qui reste à parcourir. »



@alchimistedeprojets.com





Mouiller l'ancre



Suis-je toujours alignée avec mon cap ?

« Il n'est jamais trop tard pour réaligner sa boussole intérieure. »



@alchimistedeprojets.com





Mouiller l'ancre



Qu'est-ce que je choisis de conserver ?

« Garde ce qui nourrit ton voyage. Le reste peut rester sur le rivage. »



@alchimistedeprojets.com





Mouiller l'ancre



Qu'est-ce que je décide de laisser partir avant de reprendre la mer ?

« On avance plus librement lorsque l'on dépose ce qui alourdit la traversée. »



@alchimistedeprojets.com





Hisser à nouveau la voile

Chaque traversée transforme le navigateur. Laisse cette escale nourrir ton élan et poursuis ton voyage avec un regard renouvelé.

Qu'est-ce que tu choisis de remettre en mouvement aujourd'hui ?



« Le vent n'attend pas la perfection. Il attend simplement que tu hisses la voile. »



@alchimistedeprojets.com





Bilan de la traversée

Regarder la route parcourue
avant d'accoster.

Les 3 vagues qui m'ont portée :







Les 3 manœuvres dont je suis fière







Les 3 perles que je rapporte







« Chaque traversée laisse une empreinte sur la mer... et une autre en toi. »



@alchimistedeprojets.com



Rituel de l'accostage

Honorer le voyage avant de reprendre la route.



Avant de quitter ce chapitre, prends un instant pour célébrer la traversée que tu viens d'accomplir. Chaque vague franchie, chaque doute dépassé et chaque victoire t'ont transformée.

Aujourd'hui, je célèbre :

Je remercie :

Ce que je choisis d'emporter avec moi :

.....

« Avant de reprendre la mer, remercie la navigatrice que tu es devenue. »



@alchimistedeprojets.com





Sceau du Chapitre IV

Honorer la navigatrice que tu es devenue.

Tu viens d'achever une traversée faite de vents favorables, de vagues, d'escales et de découvertes.

Avant de poursuivre ton voyage, prends un instant pour reconnaître tout ce que cette étape t'a appris.

Chaque mille parcouru t'a rapprochée un peu plus de la personne que tu choisis de devenir.

Five horizontal wavy lines for handwriting practice.



Scellé le :

Signature :

Chaque mille parcouru t'a rapprochée un peu plus de la femme que tu choisis de devenir.

Prochain port : Le retour au port



@alchimistedeprojets.com





Le retour au port ✨

Chapitre 5

Célébrer, semer, ouvrir la suite





Le Retour au Port

Célébrer la traversée, semer la
suivante.

Le retour au port est bien plus qu'une arrivée.

C'est le moment où l'on dépose ses bagages, où l'on contemple le chemin parcouru et où l'on découvre les trésors que cette traversée a laissés en toi.

Prends le temps d'accueillir chaque victoire, car elles seront les fondations de tes prochains horizons.

« Le plus beau trésor rapporté d'un voyage est la personne que l'on est devenue. »



@alchimistedeprojets.com



La médaille de l'Alchimiste

Honorer ce qui a été accompli.

Avant de poursuivre ton chemin, prends un instant pour te remettre symboliquement la Médaille de l'Alchimiste.

Elle célèbre non seulement tout ce que tu as accompli, mais surtout la personne que tu es devenue au fil de cette traversée.

Cette Médaille de l'Alchimiste m'est décernée avec fierté pour...

.....

.....

.....

.....

Ce dont je suis le plus fière aujourd'hui...

.....

.....

.....

.....

Le

Signature :

« Ce que l'on ne célèbre pas s'efface. »



@alchimistedeprojets.com



Les graines d'automne



Ce que cette traversée fait germer pour
la suite.

La première graine que je choisis de
semer est...

La deuxième graine que je souhaite
voir grandir...

La troisième graine que je
confie à l'avenir...

*« Ce que tu choisis de semer aujourd'hui dessinera les
paysages de demain. »*



@alchimistedeprojets.com



Engagement de continuité

Comment je continue à avancer après l'été.

Trois choix pour continuer ma traversée avec intention.

✦

Je garde

CE QUE JE CHOISIS DE CONSERVER

POURQUOI EST-CE IMPORTANT POUR MOI ?

COMMENT VAIS-JE L'ENTREtenir ?

MON RESENTI GLOBAL

□ □ □ □ □ □ □ □ □ □

✦

Je lâche

CE QUE JE CHOISIS DE LAISSER PARTIR

POURQUOI EST-IL TEMPS DE M'EN LIBÉRER ?

COMMENT SALIRAI-JE QUE JE L'AI VRAIMENT LAISSÉ PARTIR ?

MON RESENTI GLOBAL

□ □ □ □ □ □ □ □ □ □

✦

Mon prochain cap

JE CHOISIS DE...

MON PREMIER PAS SERA...

JE COMMENCE LE...

MON RESENTI GLOBAL

□ □ □ □ □ □ □ □ □ □



Scellé le :

Signature :

« Les plus grandes transformations ne naissent pas d'une promesse parfaite, mais d'un engagement renouvelé chaque jour. »



@alchimistedeprojets.com



Rituel de l'accostage

Honorer le voyage avant de
reprendre la route.



Avant de quitter ce chapitre, prends un instant pour célébrer la traversée que tu viens d'accomplir. Chaque vague franchie, chaque doute dépassé et chaque victoire t'ont transformée.

Aujourd'hui, je célèbre :

Je remercie :

Ce que je choisis d'emporter avec moi :

.....

« Avant de reprendre la mer, remercie la navigatrice que tu es devenue. »



@alchimistedeprojets.com





Mot de fin & gratitude

Merci d'avoir navigué jusqu'ici.

Si tu lis ces lignes, c'est que tu as parcouru chaque escale de ce Grimoire.

Peut-être as-tu rempli toutes les pages.

Peut-être seulement celles qui t'appelaient.

Et c'est très bien ainsi.

Il n'a jamais été nécessaire de tout écrire.

L'essentiel était d'oser t'arrêter, écouter ton cœur et prendre le temps de te rencontrer.

Merci de m'avoir permis de faire un bout de ce voyage à tes côtés.

J'espère que ces pages continueront de t'accompagner longtemps, chaque fois que tu ressentiras le besoin de retrouver ton cap.

Et surtout...

N'oublie jamais que la plus belle magie n'est pas celle que l'on cherche à devenir.

C'est celle que l'on révèle, un pas à la fois.

Avec toute ma gratitude,

Nathalie Vanexe

Tu n'es plus celle qui a ouvert ce Grimoire.

Et c'est exactement cela, l'alchimie.



[@alchimistedeprojets.com](https://alchimistedeprojets.com)





Une nouvelle porte s'ouvre...

Chaque voyage laisse une empreinte.

Tu refermes aujourd'hui ce Grimoire, mais les rêves qui t'habitent, eux, poursuivent leur chemin.

Si cette traversée t'a apporté de la clarté, de l'élan ou l'envie de donner vie à un projet qui te tient à cœur, sache qu'une autre porte demeure ouverte.

Je serai heureuse de poursuivre cette aventure à tes côtés.



Continuons le voyage ensemble

Accompagnement des entrepreneurs

Accompagnement des auteurs

Création d'identités visuelles

Organisation et gestion de projets

Alchimiste de Projets

alchimistedeprojets.com

Planifier un appel découverte

Nathalie Vanexe











