

FICHE PRATIQUE

Aligne tes intentions pour créer une vie qui te ressemble

- ❖ *Chaque pensée est une graine.*
- ❖ *Chaque émotion est une onde.*
- ❖ *Chaque choix est une vibration.*
- ❖ *Ce que tu vibres devient ta réalité.*

3 Clés pour aligner tes intentions

1. Aligne tes pensées, paroles et actions

- Dis ce que tu penses.
- Fais ce que tu dis.
- Pense ce que tu veux vivre.

2. Vibre ce que tu veux, pas ce que tu redoutes

 Imagine commander un chocolat... et murmurer “café”.
Tu reçois ce que tu vibres le plus, pas ce que tu espères timidement.

3. Augmente ton taux vibratoire au quotidien

-  Hydrate-toi
-  Va en nature
-  Choisis des pensées lumineuses
-  Prends soin de toi
-  Entoure-toi de personnes nourrissantes
-  Respire & médite

À te rappeler

Ce n'est pas “la chance”. C'est ton intention + ta vibration + ta constance qui attirent à toi ce que tu veux vraiment.

Prends soin de toi

 Je nous aime 

Big hug

∞ ANDRINE

  

[Accompagnatrice holistique – Pour Renaître Et Vivre](#)

© Sandrine SARTHOU pour Renaître Et Vivre
reproduction interdite

Aligne tes intentions pour créer une vie qui te ressemble