

Comprendre et honorer ton contrat d'âme

Chère Tite Lumière,

Et si chaque rencontre, chaque douleur, chaque "injustice"... faisait en réalité partie d'un plan bien plus vaste ?

Avant de t'incarner, ton âme a choisi un chemin.

Pas une punition.

Mais une trajectoire d'évolution.

Avec des étapes clés, des rencontres, des épreuves, des rendez-vous d'âme pour te permettre de grandir, de t'ouvrir, de te libérer.

Cette fiche t'invite à relire ta vie à travers une autre grille.

Celle de l'âme.

Et à honorer ce contrat sacré que tu as (re)signé en venant sur Terre.

Exemple à méditer :

J'ai peut-être choisi de venir apprendre le pardon.

Et ceux qui m'ont blessée sont peut-être venus m'aimer, autrement.

EXERCICE 1 – Le pacte oublié

Ferme les yeux. Reviens au tout début. Avant ta naissance.

- ★ Imagine une grande table lumineuse, autour de laquelle ton âme et d'autres âmes se sont réunies.
- ★ Pose-toi ces questions :
 - Qu'ai-je choisi de venir apprendre dans cette vie ?
 - Quelles situations ou quelles relations ont été les plus marquantes ? Pourquoi ?
- ★ Note tout ce qui vient, même si ça semble flou ou symbolique. Laisse ton intuition te guider.

2 – Relire ta vie avec les yeux de l'âme

Prends un moment pour repenser à 3 personnes qui t'ont profondément marquée (en bien ou en mal).

Demande-toi :

- Que m'ont-elles appris(e), au fond ?
- Et si cette âme avait accepté ce rôle pour m'aider à comprendre quelque chose ?
- Que puis-je transformer dans mon regard sur cette relation aujourd'hui ?

Tu peux aussi leur écrire une lettre (non envoyée), pour libérer ce qui pèse encore. Ou pour dire merci.

EXERCICE 3 – Renouer avec ton contrat

À voix haute, dans un espace calme, répète cette invocation :

- ❖ Je reconnais que mon âme a choisi ce chemin pour grandir.
- ❖ Je rends grâce aux âmes qui m'ont accompagnée, même dans la douleur.
- ❖ Je choisis aujourd'hui de continuer ce chemin avec plus de conscience, de paix, et d'amour.

En résumé

Ce que tu vis **n'est jamais inutile.**

Chaque rencontre, chaque déchirure, chaque lumière... t'invite à rappeler qui tu es profondément.

Ton contrat d'âme est là pour te faire évoluer, pas te punir.

Reviens-y quand tu doutes, quand tu souffres, ou quand tu oublies que tout est relié.

Prends soin de toi

♥ Je nous aime ♥

Big hug

∞ ANDRINE



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