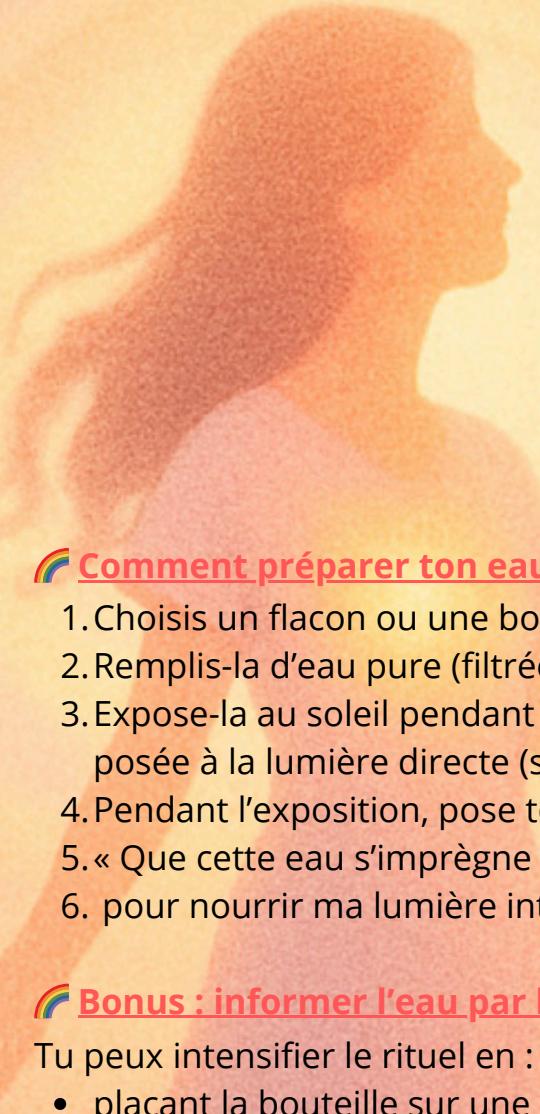




# Rituel d'activation avec une eau de lumière

## *Boire la lumière pour rallumer la tienne*



### Qu'est-ce que l'eau de lumière ?

C'est une eau exposée à la lumière du soleil, qui s'informe des rayons lumineux et s'imprègne naturellement de fréquences subtiles bénéfiques. Elle peut être enrichie par la couleur du flacon, l'intention posée, et la vibration de l'instant.

### Comment préparer ton eau de lumière ?

1. Choisis un flacon ou une bouteille en verre transparente
2. Remplis-la d'eau pure (filtrée ou de source).
3. Expose-la au soleil pendant 2 à 4 heures, en fin de matinée si possible, posée à la lumière directe (sur un rebord de fenêtre, dans ton jardin...).
4. Pendant l'exposition, pose ton intention, par exemple :
5. « Que cette eau s'imprègne de la lumière bienveillante du Soleil
6. pour nourrir ma lumière intérieure et réaligner mon être. »

### Bonus : informer l'eau par la couleur + la lumière

Tu peux intensifier le rituel en :

- plaçant la bouteille sur une carte vibratoire ou un mot (ex. : Amour, Confiance, Harmonie)
- la posant au centre d'un mandala floral ou minéral
- la combinant avec une musique douce ou un chant sacré

Rituel du matin (ou en pré-webinaire)

1. Bois lentement une gorgée de ton eau solarisée.
2. Ferme les yeux.
3. Visualise la lumière dorée du Soleil circuler dans tes cellules.
4. Respire profondément et dis :
5. ***“Je suis lumière. Je suis aligné.e. Je me connecte à l'énergie du Vivant.”***