

Programme de Séances Énergétiques « Confiance en Soi-m'Aime »

15 Mai au 22 Mai 2023



Le Mode Opérateur **contenant toutes les ressources**
nécessaires pour suivre ce programme.



Le Programme Énergétique de séances énergétiques de Catherine LABBE est protégé par le droit [licence Creative Commons Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 4.0 International](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/).

Fondé(e) sur une œuvre de Catherine LABBE - [Restaurerlamour.world](https://restaurerlamour.world)

Par conséquent, il est formellement interdit de partager, de reproduire, de modifier, de commercialiser, l'ensemble des éléments constituant ce programme, comme le contenu du programme, le contenu des méditations, le contenu de ce document, le contenu des vidéos, le contenu des échanges, que cela soit partiellement ou en totalité, en France et à l'international, sous peine de poursuites.

TABLE DES MATIÈRES

Avant de Commencer	5
Conseil avisé	5
Rappel par rapport à Internet	5
Séance en différé.....	5
Objectif	5
Fiche 1 - Présentation du Programme	6
Nettoyer les blessures et limites 3 séances :	6
Reprogrammer la Confiance 4 séances :	6
Travail spécifiquement chakra « Plexus Solaire » 1 séance :.....	6
Des Conseils complémentaires :.....	6
FICHE 2 - Recevoir l'énergie des Séances	7
>>> Horaire des séances et selon votre convenance.....	7
>>> Recevoir les séances énergétiques	7
>>> Vous êtes DISPONIBLE lors de la séance :.....	7
>>> Vous n'êtes PAS DISPONIBLE lors de la séance.....	7
>>> Processus à suivre pour réception l'énergie d'une séance.....	7
FICHE 3 – Les Méditations audio	9
>>> 3 Méditations audio guidées pour vous guider	9
>>> Contenu des méditations guidées	9
>>> Comment utiliser les méditations	9
>>> Deux versions des Méditations audio guidées	10
>>> Comment télécharger les 3 méditations principales	10
→ Télécharger via un ordinateur	10
→ Télécharger via un Mobile	10
>>> Liens pour TÉLÉCHARGER les 3 méditations audio guidées MP3	11
1 - méditation guidée audio pour les séances de Nettoyage	11
2 - méditation guidée audio pour les séances Reprogrammation	11
3 - méditation guidée audio pour la séance Chakra Plexus Solaire.....	11
FICHE 4 – Organisation	12
>>> Organisation collective.....	12
>>> La Planification des séances.....	12
>>> Vous avez des questions	12
FICHE 5 – Rappels pour les séances	14
>>> Consignes par rapport aux messages de rappel des séances	14

FICHE 6 – Le Groupe d’accompagnement Facebook	15
FICHE 9 – Utilisation du Livret	16
Avant de vous servir de ce livret	16
Voici le lien de téléchargement du Livret : (lien à modifier)	16
Comment s’utilise ce livret	16
Pour finir	18
ANNEXES	19
Annexe 1 – Questions Réponses pour vous aider	19
>>> Que se passe-t-il si :	19
Si vous vous endormez	19
Si vous ne ressentez rien	19
Si vous voulez absolument ressentir	19
Si vous ne pouvez pas rester détendu 15 minutes	19
>>> Comment bien prendre en différé, plus tard ?	19
Annexe 2 – En savoir plus sur le Reiki et l’énergie CLE	20
>>> 2 énergies utilisées pour ce programme	20
>>> L’énergie CLE : « ChristAll Love Energy »	20
>>> L’énergie Reiki	20

AVANT DE COMMENCER

Conseil avisé

Je vous rappelle que le reiki ne vient en aucun cas se substituer à un diagnostic médical ni même à un traitement médical. Le Reiki ne peut être qu'un complément.

Par conséquent, continuez à suivre les conseils du médecin.

Rappel par rapport à Internet

Les séances ne se déroulent pas sur internet. Par conséquent, vous n'avez pas besoin d'être connecté au moment de la séance.

Les **3 méditations sont téléchargeables** pour être écoutées hors connexion, ce que je vous conseille de faire.

Séance en différé

Vous pouvez bénéficier des énergies Reiki transmises **lors des séances**, et également **après l'heure** où celles-ci sont effectuées, si vous n'êtes pas disponible au moment même.

Je vous recommande vivement d'accueillir l'énergie le jour même ou au plus tard le lendemain matin avant la séance suivante pour garder la régularité.

OBJECTIF

Le principe de ce programme spécial qui se déroule sur **8 jours**, est de recevoir régulièrement et intensément de l'énergie reiki pour permettre de lâcher-prise, de faire le plein d'énergie et d'initier une action bénéfique en soi.

Je travaillerai spécifiquement sur « **l'Amour – l'Estime & la Confiance en Soi** » par des séances énergétiques en mettant à votre disposition des **Méditations audio guidées** pour favoriser le travail.

En parallèle, vous pouvez travailler de manière autonome en complément avec l'**exercice pratique proposé** de votre côté.

FICHE 1 – PRÉSENTATION DU PROGRAMME

Ce programme comprend 3 types de séances Reiki :

Nettoyer les blessures et limites | 3 séances :

Avant de travailler en profondeur, ces séances vont vous préparer à recevoir l'énergie dans les meilleures conditions pour que celle-ci puisse agir de façon plus efficace ensuite. Nous allons d'abord nettoyer et libérer les blessures et l'énergie des croyances limitantes. Ensuite nous pourrons passer à l'étape suivante.

Reprogrammer la Confiance | 4 séances :

Ces séances sont concentrées sur la **Reprogrammation de l'Amour- l'Estime & la Confiance en Soi**.

Une fois la phase de nettoyage/libération effectuée, vous pouvez semer de nouvelles graines énergétiques et lumineuses en vous. Je vais travailler avec un protocole spécial Reiki, qui est une technique Japonaise appelée « *Traitement Mental de Mikao Usui* » et qui aide à transformer les croyances limitantes.

En même temps, vous pouvez consciemment **accompagner avec un travail** de mise en lumière de vos croyances limitantes et la transformation de celles-ci.

Travail spécifiquement chakra « Plexus Solaire » | 1 séance :

Cette dernière séance est consacrée à un travail approfondi sur le **chakra du Plexus Solaire**. C'est ce centre d'énergie qui gère en vous **l'estime et la confiance en vous-m'ême**. Il fera l'objet d'une séance bien spécifique.

Des Conseils complémentaires :

En plus des séances énergétiques, dans le « **Livret Personnel** », vous trouverez un exercice pratique proposé pour accompagner le travail.

Comme je l'explique souvent, l'énergie ne fait pas tout à votre place, elle **accompagne vos propres intentions et actions**. Si vous attendez qu'elle fasse et que vous ne faites rien pour changer votre conscience et vos comportements, elle ne pourra pas vous aider pleinement. Je vous recommande donc, de travailler en parallèle avec cet outil pratique proposé pour poser une action de votre côté.

FICHE 2 – RECEVOIR L'ÉNERGIE DES SÉANCES

>>> Horaire des séances et selon votre convenance

Je dispenserai les séances à **13h30 (heure de Paris)**. Mais cela n'a aucune importance dès lors où vous pouvez recevoir l'énergie plus tard si vous préférez.

Si vous ne résidez pas en France, je vous invite à [Cliquer ici pour avoir l'heure correspondante dans votre pays.](#)

Vous pouvez aussi utiliser tout autre convertisseur que vous connaissez ou que vous trouverez sur internet.

>>> Recevoir les séances énergétiques

Les jours où une séance est planifiée, vous devez vous **mettre en réception de l'énergie** de la séance. **Et pour cela pas besoin de vous connecter à Internet, ni sur un site en particulier** sauf pour écouter les méditations qui ne sont pas téléchargeables, et seulement si vous le souhaitez.

Deux cas de figure se présentent à vous :

>>> Vous êtes **DISPONIBLE** lors de la séance :

Dans ce cas, vous pouvez réceptionner les énergies de celle-ci au moment même où je pratique la séance.

>>> Vous n'êtes **PAS DISPONIBLE** lors de la séance.

Dans ce cas, vous pouvez réceptionner les énergies de celle-ci plus tard dans la journée, lorsque vous vous couchez par exemple ou bien avant de vous lever le lendemain.

En revanche, je vous invite fortement à **accueillir l'énergie de la séance le jour même ou bien au plus tard le lendemain matin** pour permettre au processus du programme énergétique de se dérouler pleinement ... même si vous ne prenez que 10 ou 15 minutes. C'est important pour la régularité du travail et pour profiter pleinement du programme avec ses échanges entre vous et les participants.

>>> Processus à suivre pour réception l'énergie d'une séance

Pour se mettre en réception et accueillir les énergies des séances, vous devez :

1. Vous installer confortablement et vous détendre en respirant. Si vous avez été formé au reiki, vous pouvez pratiquer ici le protocole de préparation RCAP enseigné dans le niveau 1 Reiki Usui ou le protocole de préparation renforcé du niveau 2 (vous et le lieu où vous êtes).
2. Accepter maintenant l'énergie de la séance du jour en prononçant la phrase ci-dessous :
« *J'accepte et j'accueille les énergies de cette séance transmises à distance par Catherine sur le thème ..., pour mon bien et le bien du plus grand nombre. Merci. Merci. Merci.* »
3. Lâcher-prise pendant 10-15 minutes pour accueillir les énergies de la séance.
4. Revenir doucement dans la réalité du moment présent, là où vous êtes, ici et maintenant, en bougeant doucement vos membres et en finissant par 3 grandes respirations.
5. Remercier simplement en disant par exemple : « *Merci. Merci. Merci.* ».

FICHE 3 – LES MÉDITATIONS AUDIO

>>> 3 Méditations audio guidées pour vous guider

Pour vous aider pendant les séances énergétiques de ce programme, vous allez pouvoir utiliser 3 méditations audio guidées mises à votre disposition pour vous aider :

- 1 méditation guidée audio pour les séances de **Nettoyage**
- 1 méditation guidée audio pour les séances de **Reprogrammation Confiance en Soi**
- 1 méditation guidée audio pour les séances **Chakra Plexus Solaire**

Pour votre confort, il est possible d'écouter ces méditations sur un lecteur MP3, votre mobile, votre tablette ou votre ordinateur sans avoir besoin d'être connecté à internet.

Il suffit pour cela de les **télécharger à l'avance**. C'est d'ailleurs ce que je vous invite à faire dès que vous prendrez connaissance des liens de téléchargement.

IMPORTANT :

Ces méditations sont des BONUS. La transmission des énergies des séances n'est en rien liée aux méditations. Si vous avez des difficultés pour les écouter ou si tout simplement vous ne pouvez pas ou que vous ne voulez pas les écouter, cela ne dérange en rien le processus des séances. Suivez simplement les consignes de la FICHE 2.

>>> Contenu des méditations guidées

Chaque méditation sur un fond musical comprend :

- Une petite relaxation guidée pour vous détendre et vous mettre en condition
- Une invitation à accepter les énergies de la séance
- Un passage musical pour recevoir les énergies de la séance
- Une invitation à revenir dans la réalité ici et maintenant.

Encore une fois, j'insiste, **l'utilisation de ces méditations n'est pas une obligation**, et n'est en rien liée à la réception de la séance énergétique que je dispense.

>>> Comment utiliser les méditations

Si vous décidez de recevoir la séance au moment où elle est donnée, vous pouvez commencer à écouter la méditation **5-10 minutes avant l'heure de la séance**. Ce laps de temps est celui de la partie relaxation que je propose au début des méditations.



ATTENTION : N'écoutez pas les méditations lorsque vous êtes en train de conduire ou quand vous êtes en train d'effectuer une tâche autre que celle de vous détendre dans des conditions sans risque.

>>> Deux versions des Méditations audio guidées

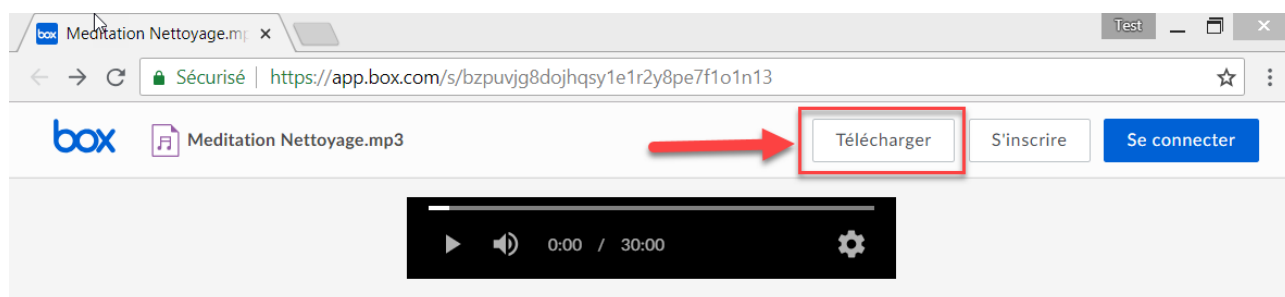
Vous allez disposer pour chaque méditation de 2 versions téléchargeables :

- Une version avec **ma voix + une musique**,
- Une version avec **simplement ma voix**.

Vous pouvez utiliser celle qui vous convient le mieux, comme **vous pouvez très bien ne pas utiliser les méditations** et simplement vous mettre en réception de la séance **sans musique** ou avec **votre propre musique douce**.

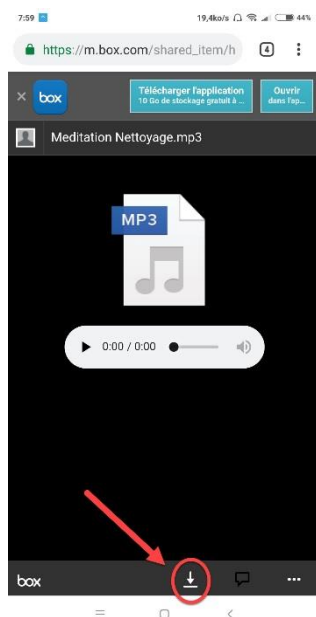
>>> Comment télécharger les 3 méditations principales

→ Télécharger via un ordinateur



L'objectif de ces méditations guidées est de vous accompagner pendant ce programme. Par conséquent, elles ne seront plus téléchargeables à la fin du programme.

→ Télécharger via un Mobile



En téléchargeant les fichiers sur votre ordinateur ou votre lecteur MP3 ou votre mobile, vous pourrez ensuite les écouter sans avoir besoin d'être connecté à Internet. Vous pourrez ainsi les écouter là où vous serez.

Conseil : Il est préférable d'écouter les méditations avec un casque.

Je vous rappelle que ces méditations sont en plus. Vous n'êtes nullement obligé de les écouter pendant les séances. Si ma voix et/ou musique vous dérangent pendant la séance, je vous invite à recevoir la séance sans la méditation, ou bien à choisir une musique douce que vous appréciez plus particulièrement.

Si vous n'avez pas de lecteur pour lire les MP3 sur votre ordinateur, vous pouvez utiliser ce [logiciel gratuit VLC \(cliquez ici\)](#).

Nous vous donnons l'information, mais nous ne pouvons pas vous accompagner dans l'installation de celui-ci. Cela étant, l'installation est très simple et le plus souvent automatique.

>>> Liens pour TÉLÉCHARGER les 3 méditations audio guidées MP3

1 - méditation guidée audio pour les séances de **Nettoyage**

Lien Voix + Musique : <https://app.box.com/s/nq1o3d6u28zfwjyzijmzx1med6jly9k5>

Lien Voix seule : <https://app.box.com/s/sa29nx91wglhwa4dymb239igmvzt73jt>

2 - méditation guidée audio pour les séances **Reprogrammation**

Lien Voix + Musique : <https://app.box.com/s/hbe09jjwchspe6kwbd4o8byvibaede7>

Lien Voix seule : <https://app.box.com/s/hqq342hipezwacpan7onzthl5yhpnk5d>

3 - méditation guidée audio pour la séance **Chakra Plexus Solaire**

Lien Voix + Musique : <https://app.box.com/s/a84izfhfucfcb0y83r3fupjuu8m7j7kf>

Lien Voix seule : <https://app.box.com/s/6qkxzhqvbt9qcyd447b5jg36ygyvf3>

FICHE 4 – ORGANISATION

>>> Organisation collective

Ce Programme est un **programme collectif** et non un accompagnement individuel.

Il ne s'agit pas de traiter les problématiques d'une personne en particulier. Pour cela, je vous invite à me contacter pour un accompagnement en suivi individuel, si vous le souhaitez.

Ce programme étant collectif, aucun contre rendu de soin n'est envoyé, contrairement lors d'un accompagnement individuel et personnel.

>>> La Planification des séances

Mai 2023						
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15 NETTOYER Blessures en lien avec Confiance en soi	16 NETTOYER Mémoires karmiques en lien avec Confiance en soi	17 NETTOYER Croyances limitantes en lien avec Confiance en soi	18 REPROGRAMMER Amour, Estime et Confiance en Soi-m'Aime (1)	19 REPROGRAMMER Amour, Estime et Confiance en Soi-m'Aime (2)	20 REPROGRAMMER Amour, Estime et Confiance en Soi-m'Aime (3)	21 REPROGRAMMER Amour, Estime et Confiance en Soi-m'Aime (4)
22 ANCRER-RAYONNER Confiance en Soi Plexus solaire	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4

Je vous invite à programmer ces séances et des rappels directement dans votre agenda ou votre mobile, pour ne pas oublier les séances

Rappel : Tous les soins sont dispensés à **13h30 (heure de Paris)**. Si vous ne résidez pas en France, je vous invite à [Cliquer ici pour avoir l'heure correspondante dans votre pays](#). Chaque séance durera entre 15-20 minutes.

>>> Vous avez des questions

Pendant toute la durée de ce programme, sentez-vous libre de poser vos questions dans le **Groupe Facebook** prévu pour l'accompagnement collectif de ce programme, ou par email en privé si besoin. Mais sachez qu'il n'y a pas d'accompagnement individuel sur ce type de programme.

Voici l'adresse email : catherine@restaurerlamour.world

Si ces questions concernent les ressentis ou les non ressentis, les médiations, le procédé pour accueillir les énergies des séances, les messages de rappel ou tout autre sujet, je vous invite à revoir la fiche et l'annexe se rapportant à votre demande, dans ce document.

FICHE 5 – RAPPELS POUR LES SÉANCES

>>> Consignes par rapport aux messages de rappel des séances

Des messages automatiques de rappel vous seront envoyés chaque jour où il y a une séance planifiée, pour vous rappeler le sujet de la séance du jour.

Cela étant, **vous disposez déjà de tous les éléments dans ce document.**

Par conséquent, si pour une raison ou une autre, **vous ne voyez pas le message de rappel du jour**, ce n'est pas un souci. Il vous suffit de **vous rapporter à ce document et au livret personnel** pour avoir le thème, la phase d'intention et la méditation qui s'y rapporte.

Informations à savoir par rapport à ces messages de rappel :

- ✓ L'objet du message commencera par : **ConfianceSoiM | ...**
- ✓ Ce ne sont pas des spams, ne vous désabonnez surtout pas.
- ✓ Mettez bien l'adresse catherine@restaurerlamour.world dans vos contacts autorisés. Si vous ajoutez le nom de domaine dans votre liste blanche au niveau de votre logiciel de messagerie, c'est encore mieux.
- ✓ Pour ceux qui ont une **adresse@gmail.com**, mettez bien l'adresse email dans votre fenêtre principale **et non** dans l'onglet « promotion ».
- ✓ Pour ceux qui ont une adresse **adresse@hotmail.com**, vérifiez que les messages ne sont pas dans l'onglet Autres
- ✓ **Si vous ne voyez pas les messages**, **regardez dans vos spams** et mettez bien l'adresse en contact et déclarer le message comme courrier légitime. Parfois il faut renouveler l'opération plusieurs fois pour que votre prestataire de gestion d'email prenne en compte votre demande.
- ✓ **Si vous ne recevez pas les messages** (ce qui techniquement peut parfois arriver), **ne vous demandez pas s'il y a une séance ou pas**. Il vous suffit de **regarder le planning** pour le savoir et pour connaître le sujet de la séance. Ce n'est **pas la peine d'envoyer un message** pour demander confirmation. **Le planning est respecté.**

FICHE 6 – LE GROUPE D'ACCOMPAGNEMENT FACEBOOK

Pour faciliter les échanges, j'ai mis en place un **groupe privé Facebook**.

Je vous invite à **laisser vos commentaires** directement **dans ce Groupe pour partager** votre expérience au cours de ce programme énergétique, avec les autres participants et avec moi-même.

Vous pouvez aussi **me poser vos questions dans ce groupe** pour que je puisse **vous guider** et **vous accompagner**.

Ce groupe est PRIVÉ. Seuls les participants pourront accéder à ce groupe d'échange et de partage.

Lors de votre demande d'inscription, **vous devrez saisir l'adresse email avec laquelle vous avez commandé** le programme. **Sans cette information**, l'accès ne pourra pas vous être donné.

Ce groupe est créé juste le temps du Programme. Il sera fermé quelques jours après la fin du programme.

Voici le lien du groupe : <https://www.facebook.com/groups/208268018586918>

Pour info, **je ne validerai l'accès que le jour du démarrage**.

Rejoindre ce Groupe n'est pas une obligation. Je sais que certaines personnes ne souhaitent pas utiliser Facebook. Et je comprends parfaitement. Vous pouvez aussi créer un compte Facebook simplement pour pouvoir accéder à ce groupe.

Attention à bien lire les règles de fonctionnement du Groupe Facebook. C'est réellement **un groupe de travail lié exclusivement au programme** des séances énergétiques en rapport avec le thème.

Pour la bonne marche de ce programme et de ce groupe, je veillerai à ce que les règles soient respectées.

Et croyez-moi, il n'est pas agréable ni pour moi ni pour la personne de devoir réguler les posts et commentaires qui ne sont pas dans la lignée des règles fixées dans le groupe disponible sur la page Facebook du Groupe.

FICHE 9 – UTILISATION DU LIVRET

Avant de vous servir de ce livret

Vous vous apprêtez à recevoir un programme intensif de séances énergétiques à distance sur une durée approximative de **1 semaine**. C'est important.

En général, ces programmes intensifs permettent d'amorcer un travail profond chez les participants avec parfois la lumière sur des problématiques.

Les effets de ce programme ne dépendent pas simplement des énergies transmises ou de moi-même. Les effets et le travail qui pourront être accomplis en vous dépendent en très grande partie de vous-même et de votre implication dans ce programme.

Par implication, je ne définis pas simplement le fait d'accepter et de recevoir l'énergie à chaque séance.

Par implication, je définis aussi le fait que vous agissiez dans le sens de l'énergie d'Amour que vous recevez, et que vous n'alliez pas anéantir les effets et le travail en cultivant des pensées et des comportements iraient à l'encontre de cette énergie d'Amour.

Pour profiter au mieux de ces séances, vous disposez déjà du mode opératoire et des méditations audio qui vous guideront.

À ces outils, j'ai décidé d'ajouter la partie « **livret personnel** ».

Ce **livret personnel** va vous permettre de noter ce qui se passe durant ce programme pour vous aider à avoir une **attitude consciente** sur votre démarche vis-à-vis des sujets (problématiques traitées) de l'énergie reçue et surtout vis-à-vis de vous-m'ême.

Ce livret est un compagnon simple qui se veut humble dans son utilisation.

Voici le lien de téléchargement du Livret :

>>>> <https://app.box.com/s/i1qhzgv278cj64mr6o6w10ddnodnlg4>

Comment s'utilise ce livret

Il y a un espace réservé par jour, et chaque espace contient la même structure d'informations.

Vous êtes libre de compléter tout ou partie du livret. **Il n'y a aucune obligation.**

Ce livret est le vôtre et n'a pas vocation à être transmis ou à d'être lu par une autre personne que vous.

Vous retrouverez les informations pratiques pour la séance du jour :

- Thème de séance et un descriptif
- Une proposition d'intention
- Un espace pour noter ce qui s'est passé depuis la dernière séance, durant la séance du jour, quelles sont vos ressentis, etc...

Cela peut être des sensations physiques, des images qui sont apparues ...

Je vous rappelle que ne pas ressentir ne signifie pas que l'énergie n'agit pas. D'autre part, attention à ne pas chercher à ressentir ce que vous pensez qu'il faudrait ressentir. Dans ce cas-là, vous seriez sous l'emprise du mental.

Portez attention à ce qui peut se passer en vous et autour de vous pendant ce mois.

Ne cherchez pas à attendre telle ou telle chose. Apprenez à observer en vous et autour de vous de façon détachée pour voir et ressentir au-delà de ce que votre mental vous invite à voir et à ressentir.

Notez ce qui vous semble positif comme ce qui vous semble négatif, sachant que positif et négatif sont une vue de l'esprit de chacun et que chacun en a sa propre perception de jugement.

Notez ces 2 états, car, par exemple, quand on se libère de quelque chose de lourd, cela peut se manifester par des larmes, des manifestations physiques, émotionnelles et autres. Votre réaction ne doit pas être celle de vous refermer ou d'abandonner.

À garder à l'esprit et dans votre cœur : Quand on se libère quand on accepte de lâcher quelque chose en soi, il faut bien que cela ressorte à la surface pour disparaître. Car si cela n'est pas exprimé, cela reste en réalité enfoui quelque part toujours en vous. Et ce sont dans ces moments que la puissance de votre moi-m'aime doit être bien présente !

D'un point de vue pratique, vous pouvez imprimer les pages du livret.



“ En général, un tel programme amorce un travail en soi.

Il me semble important de capitaliser sur ce programme et sur ce mois intensif pour poursuivre le travail initié.

Alors, n’oubliez pas qu’il est important que vous vous impliquiez dans ce programme pour vous-même.

Et si vous voyez des résistances pendant ce programme, accueillez-les comme une bénédiction, car elles vous inviteront à regarder ce qui se cache derrière celles-ci et en cherchant il vous sera montré ce qui est à transmuter.

Le découragement est l’arme la plus efficace que l’ego et le mental vont trouver pour vous empêcher d’aller au fond de vous-m’ aime et vous permettre de cheminer. Ils ne veulent juste pas perdre le pouvoir qu’ils ont sur vous. Alors, Avancez ! Persévérez ! Et toujours avec bienveillance et amour, envers vous-m’ aime.

Ce dernier point est important. Des épisodes de votre vie parfois peu agréables vont sûrement refaire surface. Le travail de soi-m’ aime consiste justement à accueillir ces événements sans porter de jugement vis-à-vis de vous-m’ aime, pas de honte, pas de colère ... juste de l’Amour et de la bienveillance. Aimez-vous ! Les remontées inconfortables sont liées à une « crise de guérison » passagère et naturelle.

J’encourage aussi les personnes à se former pour pouvoir disposer d’une certaine autonomie dans la pratique du reiki. Ainsi, cela permet un travail qui est régulier avec le reiki.

*Je vous encourage à regarder les formations que je propose sur **School Restaurer l’Amour** <https://school.restaurerlamour.world/>*

Sachez que je vous suis personnellement et individuellement tout au long de votre formation.

Avec Amour et Gratitude pour qui vous êtes et ce que vous accomplissez et accomplirez sur Terre dans l’Amour. MERCI, MERCI, MERCI.

Coeurdialement.

- Catherine LABBÉ -

ANNEXES

ANNEXE 1 – QUESTIONS | RÉPONSES POUR VOUS AIDER

>>> Que se passe-t-il si :

Si vous vous endormez.

Ce n'est pas grave. Votre corps prendra tout de même les énergies transmises et elles agiront dès lors où vous avez accepté d'accueillir celles-ci.

Si vous ne ressentez rien

Ce n'est pas grave. La perception de l'énergie est souvent propre à chacun. Les personnes qui ne sont pas habituées à l'énergétique, très souvent, disent ne rien ressentir, très souvent parce qu'elles se font une idée de ce qu'elles imagineraient (aimeraient) ressentir. Dès lors elles se focalisent sur ce qu'elles pensent que cela devrait être, en passant à côté d'autres expressions du travail des énergies. Cela étant, dans tous les cas, sachez que l'énergie agit que vous la ressentiez ou pas, dès lors où vous l'avez acceptée.

Si vous voulez absolument ressentir

Vous serez dans le mental et non dans le lâcher-prise. Vous focaliserez votre attention, votre intention, votre énergie sur cela, passant à côté de ce qui se produit ailleurs en vous. Accueillir, c'est lâcher-prise, ne rien imaginer de ce qui se passera pour ne pas s'enfermer. Accueillir et Accepter !!!

Si vous ne pouvez pas rester détendu 15 minutes

Prenez au moins 5-10 minutes pour vous isoler, accueillir et prendre l'énergie du soin, au moment ou plus tard dans la journée, éventuellement le lendemain matin. Cela étant, prendre le temps pour soi est important et cela fait partie de son action pour soi envers soi, ce que je nomme le Soi-«m'aime». Et justement le chemin de soi à l'autre commence par notre posture vis-à-vis de Soi-« m'Aime »

>>> Comment bien prendre en différé, plus tard ?

Vous procéderez exactement de la même façon que si vous preniez réception de la séance au moment du rendez-vous. Vous ajouterez dans la phrase d'intention la date et le thème de la séance que vous prendrez en différé :

« J'accepte et j'accueille les énergies de cette séance à distance transmise par Catherine, ce jour (ou la date du jour) sur le thème XXXX pour mon bien et le bien du plus grand nombre. Merci. Merci. Merci. »

ANNEXE 2 – EN SAVOIR PLUS SUR LE REIKI ET L'ÉNERGIE CLE

>>> 2 énergies utilisées pour ce programme

Dans un programme énergétique comme celui sur l'Amour, l'énergie principale que je vais utiliser est « l'énergie CLE » que je vous présente ci-dessous. À cette énergie, j'associe celle du reiki et des symboles Usui et Karuna Ki en rapport avec la séance.

Le Reiki Karuna Ki est aussi appelé le **Reiki du Cœur Compassion**. Son énergie et celle de ses symboles permettent un travail en profondeur et spécifique selon les problématiques et les thèmes traités.

>>> L'énergie CLE : « ChristAll Love Energy »

L'énergie CLE (*ChristAll Love Energy*) est une énergie de haute vibration d'AMOUR.

Elle est pure, cristalline et a pour but de purifier notre Être afin de laisser passer la Lumière de l'Amour en nous-« m'aime » et tout autour de nous.



Elle révèle et rayonne l'Être Lumineux et Divin que nous sommes chacun et tous.

Cette énergie profonde et cristalline, je l'utilise dans mon travail d'accompagnement pour les Flammes Jumelles et les personnes en recherche de révéler l'Amour dans leur Être et leur Vie.

>>> L'énergie Reiki

Le Reiki est une approche énergétique naturelle originaire du Japon.

Que vous soyez praticien ou non praticien Reiki vous pouvez vous renseigner sur ses bienfaits, son fonctionnement et les possibilités qu'offrent l'énergie Reiki pour votre plus grand bien.

Je vous conseille de vous y intéresser un peu même si ce n'est pas une obligation, pour mieux profiter de ce programme énergétique. Vous serez ainsi plus conscient de ce que c'est et des bienfaits du reiki.

Vous pouvez accéder ici à **plusieurs ressources** mises à votre disposition pour vous guider : <https://school.restaurerlamour.world/>

J'ai parlé dans la préparation pour se mettre en réception de la séance, du **rituel RCAP** que vous pouvez pratiquer avant. **Si vous voulez apprendre à le pratiquer**, je vous offre l'accès à l'apprentissage de ce «Rituel RCAP».

Voici le lien : <https://school.restaurerlamour.world/course?courseid=rituel-quotidien-energetique>