

# LES 28 RITUELS DU GRAND AMOUR

# RETRANSCRIPTION

## Le Carnet Magique - Première Action Énergétique

### Qu'est-ce que le carnet magique ?

Le **carnet magique** est un outil spirituel personnel dans lequel vous noterez :

- Vos **intentions**
- Vos **gratitudes**
- Vos **méditations et prières**
- Tous les **exercices spirituels**
- Des **idées** qui vous parlent
- Des **mots significatifs**
- Les **synchronicités** qui se présentent

### Pourquoi "magique" ?

Ce carnet n'est pas de la magie au sens littéral, mais il possède un **pouvoir de manifestation**. Quand vous écrivez vos intentions, **les mots deviennent réels** - ils existent concrètement sur papier. C'est une **étape**

**de concrétisation** qui transforme une simple pensée en quelque chose de plus tangible.

*Analogie* : Comme un ingénieur qui imagine une fusée puis commence à la dessiner - **l'écriture est une étape plus avancée dans la manifestation.**

## Comment choisir votre carnet ?

### Critères importants :

- Choisissez quelque chose de **beau** dont vous êtes **fier(e)**
- Optez pour un carnet avec une **belle reliure**
- Privilégiez une **fermeture spéciale** si possible
- Il doit être **précieux** pour vous (pas nécessairement cher)
- Vous pouvez personnaliser un carnet bon marché avec du **beau papier**

### Accessoires :

- Un **beau stylo** ou crayon avec lequel vous vous sentez bien
- Plusieurs **couleurs** pour embellir vos écrits

## Les trois éléments fondamentaux à inscrire

### 1. Pourquoi une belle histoire d'amour me ferait du bien

Écrivez spontanément tout ce qui vous vient à l'esprit après : *"Une belle histoire d'amour me ferait du bien parce que..."*

- **Ne vous censurez pas**
- **Ne vous limitez pas** même si vous n'y croyez pas encore

## 2. Ce que je vais donner dans cette relation

Notez ce que vous comptez apporter à votre futur compagnon :

- En quoi vous lui ferez du bien
- Les choses spéciales que vous apporterez à sa vie
- **Attention** : ne soyez pas trop "sauveuse"

## 3. Ce que je souhaite recevoir

Listez ce que vous voulez recevoir de cette histoire d'amour :

- Ce que vous attendez d'un homme qui vous aime
- Ce que vous souhaitez d'une âme sœur

## L'importance de l'équilibre

**Vérifiez l'équilibre** entre donner et recevoir :

**Si déséquilibre vers le "donner" :**

- Trop de points à donner (ex: 25) vs peu à recevoir (ex: 2)
- **Rééquilibrez** en ajoutant des éléments à recevoir

**Si déséquilibre vers le "recevoir" :**

- Beaucoup d'attentes vs peu d'éléments à donner
- **Rééquilibrez** en réfléchissant à ce que vous pouvez apporter

*La nature et la vie aiment l'équilibre*

## **Utilisation continue**

Ce carnet vous accompagnera tout au long de votre **voyage vers le grand amour**. Vous pourrez y noter :

- Chaque nouvelle **action énergétique**
- Vos **évolutions spirituelles**
- Tous les éléments significatifs de votre cheminement

*Votre carnet magique sera le compagnon de votre magnifique voyage vers le grand amour*