

Liste fichiers

A

- **Acceptation** : Favorise l'acceptation de la situation ou du bilan psycho-énergétique. Il permet de laisser passer les émotions grâce à une prise de recul sur le vécu et le lâcher-prise du mental. Ce fichier favorise les remises en question et le détachement. On peut enfin passer à autre chose et évoluer.
- **Accueillir le changement** : Instaure un état favorable pour accueillir tout changement non désiré. Augmente notre capacité d'adaptation pour se remettre en phase avec la réalité extérieure actuelle sans partir en réactivité ou vouloir la changer à notre image.
- **Activation des perceptions**.
- **Adaptabilité** : Adaptez-vous à votre environnement et aux autres, sans perdre de vue ce que vous avez choisi et sans attendre d'être obligé de changer. Adaptez-vous sans stress et sans générer de résistances corporelles. Ne reportez pas vos besoins et vos attentes.
- **Addictions et liens toxiques** (ce fichier travaille sur les addictions (réseaux sociaux, cigarettes,...) et sur les liens toxiques en tout genre (ancêtres, famille, entité, ...)
- **ADN** : Offre l'opportunité de rire de soi, de lâcher prise avec nos peurs. Grâce à un mental devenu calme, nous pouvons collaborer avec nos cellules pour rétablir puis intégrer durablement l'harmonie dans notre corps, nos cellules et notre ADN. Soutien efficacement tout travail thérapeutique.
- **Amitié** : favorise les liens d'amitié et de partage authentiques. On se sent entouré des bonnes personnes et l'on est bien avec eux, en harmonie. Ce fichier renforce des aspects importants dans une relation : la confiance, le soutien, la valorisation, l'écoute, la confiance, l'expression libre et spontanée. On peut prendre du temps avec des amis, partager des moments vrais qui donnent du sens à notre vie et nous offre l'opportunité de créer une famille d'âme,
- **Amour inconditionnel** : Grâce à ce fichier favorisant l'ouverture du cœur, vous vous sentirez connecté à tout. C'est en s'acceptant soi-même tel que l'on est que l'on peut vivre des instants privilégiés d'amour inconditionnel et se sentir relié à la « Source ».
- **Âme sœur** : Favorise la symbiose avec son âme sœur. Au-delà du simple fait de ne plus être tout seul, on se sent en sécurité sur tous les plans. Ce fichier aide à développer ou entretenir la relation avec l'autre sur différents aspects : la séduction, la sexualité, l'engagement sincère, l'écoute, la confiance, le compromis, le respect, la prévenance et la bienveillance. On peut facilement s'ouvrir à l'autre, exprimer ses sentiments et lui témoigner notre amour.
- **Armoise annuelle** : stimule le système immunitaire. Agit sur le système digestif, le système respiratoire et le système cérébral.
- **Auto-dérision** : Prenez du recul sur votre vie et relativisez vos problèmes. Soyez moins sérieux, retrouvez l'esprit enfantin en vous. Demandez-vous ce que votre chat dirait de la situation. L'auto-dérision est un bon moyen de conserver un esprit positif.

- Avoir la force de : Amène de la force intérieure et un sentiment de force physique.
- Avoir les pieds sur terre : Se reconnecter à la vie présente, aide à se poser et à revenir dans la matière, le concret, la réalité...

B

- Bonne collaboration : Soutenir une collaboration dans les tâches quotidiennes ou au sein de notre travail. Régularise l'engagement et l'action de tous en permettant de reconnaître, d'exprimer et d'accepter l'état réel de disponibilité de chacun y compris de nous-même. La collaboration sera alors plus efficace et nous donnera moins l'impression d'être seul ou de devoir tout assumer.
- Bonne humeur
- Booster : pour ceux qui ont tendance à : ne pas écouter leur corps pour pouvoir affronter, assumer et tenir le coup jusqu'au bout, devoir lutter pour leur place, encaisser et résister aux émotions, prendre sur eux lors de situations de stress. Permet de recharger les batteries, de se régénérer, de retrouver la stabilité, la force et la densité énergétique diminuée lors de la lutte.
- Burn-out : Vous subissez une forte pression au travail, votre niveau de stress est élevé et vous avez de la peine à gérer votre quotidien. Il est grand temps de lever le pied et de vous calmer. Retrouvez un mental clair et prenez de la distance.

C

- Calme et sagesse relationnelle
- Calme et sommeil
- Changement de vie
- Charme, séduction et créativité équilibré : apporte du charme, un équilibre dans sa sexualité mais aussi dans sa créativité.
- Chocs, chocs psychologiques, chocs émotionnels et prise de tête : Permet de libérer les émotions et les pensées inutiles pour retrouver la paix intérieure et relancer notre système énergétique.
- Choix justes : Ne choisissez pas avec la peur de faire le mauvais choix. Reprenez confiance en vous et décidez lorsqu'il y a un choix à faire. Écoutez ce que votre cœur ou votre corps vous dit.
- Concrétiser : Vous avez beaucoup d'idées et plein de projets, cependant, vous avez de la peine à les concrétiser jusqu'au bout. Vous aimeriez qu'ils ne soient pas juste dans votre tête, mais qu'ils se réalisent concrètement dans la matière.
- Contrariété : Tout ne se passe pas comme prévu ou vous avez perdu le contrôle de la situation. Ce fichier devrait vous apaiser, vous aider à canaliser vos émotions, prendre du recul et vous exprimer. Soyez plus adaptable.
- Colère : Vous avez tendance à réprimer vos colères ou à exploser en vous déchargeant sur les autres ou les objets. Ce schéma, probablement ancien, peut être transformé. Cette puissante énergie peut être mise à profit, ne la laissez pas vous détruire.

- Concentration et clarté mentale
- Confiance dans la vie : Quand tout semble se liguer contre vous, le pessimisme s'installe peu à peu. Ne restez pas dans une spirale descendante, amorcez un mouvement inverse, ascendant, et vous reprendrez confiance dans ce que la vie peut vous apporter de bénéfique.
- Confiance en soi
- Conflit intérieure : Diminuez le conflit à l'intérieur de vous, apaisez le bouillonnement mental. Soyez davantage en paix avec vous-même et il sera plus facile d'être clair sur qui vous êtes et sur les décisions à prendre.
- Conscience : Prenez conscience de tous les liens entre la réalité extérieure et votre réalité intérieure. Ne restez pas figé dans vos croyances limitantes, ouvrez votre esprit à la subtilité et à la complexité. Explorez les différents plans de conscience.
- Cool : pour ceux qui se sentent envahi, stressé, vite en insécurité, n'aime pas qu'on décide pour eux, refuse l'autorité et on a besoin de liberté, sont remplis de frustrations de ne pas être reconnus par les autres dans leur sensibilité, potentiel,... On a tendance à se disperser, vouloir plus et plus vite, être hyperactif, Permet de se détendre, se laisser vivre et prendre le recul nécessaire pour voir à nouveau la clarté du chemin grâce à plus de calme émotionnel, Apporte de l'énergie purifiante et rassurante dans le corps grâce à la détente corporelle permettant de recontacter le sentiment de sécurité et la capacité à se poser.
- Créativité : Favorise la créativité et l'innovation. On dégage du temps pour exprimer, mettre en valeur sa créativité. Ce fichier permet aussi de passer de la créativité à des réalisations concrètes qui deviendront le moyen de montrer son individualité et son originalité.
- Culpabilité : La culpabilité est un sentiment que vous connaissez bien et qui conditionne beaucoup votre relation aux autres. Souvent, ils profitent de ce point faible et vous manipulent. Libérez-vous de cette culpabilité d'origine parfois karmique.

D

- Décision : Vous avez de la difficulté à prendre une décision pour débloquer une situation et passer à l'action. Ce fichier vous aidera à reprendre confiance en vous et vous donnera le courage de vous positionner et de vous décider.
- Dénie et vérité : Travail sur les dénis et ouvre les yeux sur la vérité.
- Déparasitage : Grâce à une meilleure présence en soi, les fréquences parasites de votre aura seront éliminées. Ce fichier est efficace contre les parasitages en tout genre, telles que les entités, la magie noire, les liens toxiques, les énergies négatives, etc.
- Désenfantement et abus : Ce fichier travaille sur les effets de la perte d'un fœtus, d'un enfant, d'un avortement, d'abus ou de viol. Les femmes mais aussi les hommes peuvent être concernés.
- Destinée : Vous avez envie de suivre votre propre destinée. Restez centré et aligné sur ce qui est essentiel pour vous. Prenez du recul pour examiner vos priorités et agir selon ce que votre âme aspire à vivre.

- Détachement et équanimité
- Détox foie
- Direction claire, décision
- Douceur et paix intérieure

E

- Eau sacrée : Favorise la détente et l'élimination des charges afin de remettre en circulation l'énergie et fluidifier le corps (aspect tellurique). Dans un deuxième temps, il y a une ouverture du cœur qui connecte au monde spirituel et apaise l'âme (aspect cosmique). Le corps peut alors bénéficier des vibrations utiles jusqu'aux extrémités des pieds
- Écoute du corps : connecte le mental au corps. Permet d'écouter son corps : ses besoins, ces maux...
- Efficacité : Quand le mental reste clair, il est plus efficace, les objectifs sont atteints avec nettement moins d'effort. Ce fichier agit sur les fonctions supérieures du mental et permet de rester concentré et bien organisé dans les tâches à accomplir.
- Ego équilibré : Vous reprochez aux autres d'avoir un ego surdimensionné, qu'ils prennent beaucoup de place et sont parfois agressifs. Un ego équilibré est un ego respectueux à la fois de soi et des autres. Donnez-lui sa juste place pour vivre des rapports harmonieux.
- Équilibre : Vous êtes à la recherche d'un meilleur équilibre dans tous les plans : dans votre relation avec les autres ou dans votre corps. L'équilibre est important à vos yeux, alors favorisez-le d'abord en vous et il sera aussi effectif à l'extérieur.
- Équilibre dans sa vie : Travail sur les différents équilibres nécessaires dans sa vie. Ce fichier peut être utilisé en préparation avant les fichiers : Être sûr de son choix, Être libre et Être soi.
- Équilibre entre soi et les autres
- Énergie et force intérieure
- Enfant intérieure
- Enfant rassuré : Si vous avez besoin d'être rassuré, ce fichier vous donnera la sensation d'être apaisé, serein et en sécurité. Il est conçu pour calmer les peurs des enfants et aussi celles des adultes, notamment les peurs nocturnes.
- Engagement affectif : Ne restez pas dans le manque d'affection et la frustration. Soyez libre de vous engager en toute sincérité, sans concession ni chantage affectif. Enlevez votre « cuirasse » et ouvrez votre cœur à l'autre.
- Engagement social : Vous avez de la peine à vous engager dans la société et vous aimeriez davantage vous investir pour la collectivité. Sortez de votre « grotte » et engagez-vous pleinement dans une cause qui vous tient à cœur.
- Enthousiasme : Vous vous sentez déprimé, vos projets ne se concrétisent pas ou sont en panne. Vous éprouvez un sentiment de lassitude et d'abattement grandissant de jour en jour. Ce fichier vous redonne la motivation d'aller de l'avant.

- Ego équilibré : Vous reprochez aux autres d'avoir un ego surdimensionné, qu'ils prennent beaucoup de place et sont parfois agressifs. Un ego équilibré est un ego respectueux à la fois de soi et des autres. Donnez-lui sa juste place pour vivre des rapports harmonieux.
- Élévation spirituelle : Expérimentez une montée en fréquence vous offrant la possibilité d'atteindre des vibrations plus élevées, permettant d'accéder à un autre point de vue sur votre réalité et à ce dont vous avez besoin
- Épanouissement
- Esprit positif (avoir un esprit positif)
- Être dans sa réalité : Vous avez tendance à fuir la réalité en vous réfugiant dans un monde imaginaire. Vous confondez la réalité et le virtuel. Ne restez pas dans vos illusions, revenez dans la réalité, dans votre corps, les pieds sur terre.
- Être dans le flow
- Être dans son corps : Augmente la sensation d'être pleinement dans son corps et de l'occuper dans sa totalité, amplifiant ainsi les perceptions corporelles. Nous pouvons écouter ce que notre corps nous communique à travers diverses sensations plus ou moins agréables. Les résistances sont généralement mises en avant par échauffement ou picotements. Offre la possibilité de se détendre et de se régénérer.
- Être dans son corps centré et aligné : il permet d'être dans son corps, bien enraciné, stable, fluide, centré et aligné sur tous les plans
- Être en pleine sécurité : Pour ceux qui manquent ou ont besoin de sécurité matérielle et émotionnelle.
- Être fluide : Amène la fluidité énergétique, émotionnelle et la fluidité dans la vie.
- Être libre : Valorise et induit la liberté et l'autonomie dans sa vie.
- Être soi : Se réconcilier avec soi, rester soi-même face aux situations.
- Être sûr de son choix : Quand on a du mal à choisir ou que l'on a peur de choisir.
- Evolution spirituelle : Vous êtes en résistance face à la vie. Vous sentez pourtant qu'il y a un palier à franchir, mais que des empêchements inconscients bloquent votre évolution spirituelle. Préparez votre corps à accueillir les vibrations des plans supérieurs.
- Exprimer son potentiel
- Expression- vocation

F

- Faire face
- Faire le deuil : Aide à faire le deuil de relations ou situations terminées. Permet d'exprimer les émotions retenues, les non-dits et de libérer ce que nous avons sur le cœur. Fait parfois revivre, puis dissout la tristesse et le chagrin liés à une séparation brutale. Nous pouvons enfin passer à autre chose, sans regrets et sans nostalgie

- Féminin sacrée : (Fontaine sacrée) Permet de se relier à la notion du sacré féminin apportant un cocon de sécurité bienveillant et calmant. Apaise complètement l'émotionnel et offre un réconfort bienvenu.
- Fluidité émotionnelle : Les émotions vous submergent car ces derniers jours ont réveillé des blessures anciennes. Prenez le temps de relâcher, d'effectuer une bonne mise à la terre et de fluidifier votre système énergétique pour retrouver la sérénité et la joie.
- Frustrations : Apprenez à gérer vos frustrations. Ne laissez pas celles-ci dégénérer en colère. Ce fichier peut vous aider à disperser cette énergie avant que vos comportements ne soient altérés.
- Futur immédiat : Sensation de ne plus être dans son corps, de moins le sentir ou d'être aspiré vers le haut et de flotter. Active la perception des possibles, des visions objectives et pragmatiques d'un futur proche. Donne l'impression de pouvoir interagir de manière subtile sur ce futur, de pouvoir le créer, comme si nous pouvions le modeler avant qu'il ne devienne notre réalité présente.

G

- Gérer et exprimer ses émotions : Permet de relâcher, de fluidifier, de mieux gérer, d'exprimer ses émotions. Amène la résilience émotionnelle. Aide à manifester ses émotions plus facilement.
- Gestion conflit : Vous êtes pris dans un conflit et vous ne savez plus comment vous en sortir. Ce fichier apaise les vibrations agressives et stressantes émises par votre corps. Devenu plus calme, il vous sera plus facile d'être dans le compromis et la conciliation.
- Gestion empathie : Favorise la gestion de l'empathie, lorsqu'elle est mal vécue. Ce fichier permet de moins subir son environnement (lieu, personne, etc.). On garde le contrôle de sa sensibilité en ne créant pas d'accroche avec les vibrations négatives et en coupant les liens toxiques perturbants. On apprend à se positionner, à savoir mettre une limite ferme si nécessaire. L'objectif est de pouvoir rester soi-même en toute circonstance et ne plus être déstabilisé ou influencé par les autres. Utile aussi dans l'urgence.
- Grande circulation : Permet une activation de l'énergie dans les deux grands méridiens Gouverneur et Conception dans le but de créer une circulation énergétique entre le haut et le bas.
- Gratitude : Regardez tout ce que la vie vous a déjà donné. Ne vous focalisez pas sur ce qui vous manque, sur les objectifs que votre mental veut atteindre. Ce fichier vous aidera à vivre dans l'instant, dans la gratitude.

I

- Imposteur : Syndrome de l'imposteur. Vous sabotez vos chances de réussite en les attribuant à des facteurs externes tels que les autres ou la chance. Votre succès vous semble illégitime et non mérité. Cessez de vous dévaloriser et de vous sous-estimer.
- Indépendance affective
- Indépendance énergétique

- Indépendance matérielle
- Inspiration : Favorisez un état de réceptivité et permettez à votre cerveau d'établir une connexion avec les plans supérieurs. Ce fichier calmera votre mental inférieur et vous ouvrira la porte de votre mental supérieur.
- Intégration : Favorise l'intégration du vécu et des énergies de guérison. Le corps pourra facilement bénéficier des vibrations qui lui sont utiles, que ce soit lors d'une thérapie ou d'une expérience. On peut faire confiance au corps car il saura instinctivement intégrer les bonnes informations pour remettre de l'ordre dans les cellules. Il prendra le temps nécessaire pour se reconstruire, grandir et évoluer durablement. La résilience devient possible et la bonne humeur revient. Utile aussi après une journée riche en expériences, même sans passer par les fichiers précédents
- intuition- perception
- Instant présent : Vous ressassez le passé ou votre mental est constamment projeté vers le futur. Votre attention se focalise sur les problèmes pouvant survenir ou sur des objectifs à atteindre. Retrouvez l'apaisement d'être simplement dans l'instant présent.

J

- . Jalousie : Vous pensez qu'une autre personne jouit d'un privilège que vous n'avez pas. Cette sensation de manque et d'injustice vient souvent de l'enfance. Ce fichier a pour vocation de combler vos besoins et surtout de limiter l'envie et la comparaison.
- . Joie : Favorise la joie et la bonne humeur. On se sent dans l'instant présent et l'on du plaisir dans ce que l'on fait. On rayonne cette joie et elle devient même communicative. Ce fichier permet aussi d'imprégner des objets ou un lieu.

K

- Kundalini : Active la circulation de l'énergie dans la colonne vertébrale. Met en évidence les blocages sur les vertèbres et travaille aux déblocages.

L

- Lâcher le contrôle : Vous aimez tout contrôler, tout ce qui se passe dans votre vie, vos émotions et aussi les autres. Il est temps de lâcher ce contrôle mental afin de générer moins de frustrations, moins de contrariété et moins de tensions corporelles.
- Lâcher les résistances : Cessez de résister, détendez-vous. Votre corps va dissoudre les résistances empêchant tout changement favorable et durable de votre système énergétique. Mettez de l'harmonie et de la fluidité dans votre corps
- Lâcher prise : apaise le mental. Aide à stopper les cogitations.
- Lakhovsky : Ensemble de fréquences ayant pour intention de relâcher l'émotionnel, favoriser le lâcher-prise, densifier et centrer le corps énergétique. Le tout favorisant un processus de guérison.

- Libération des mémoires
- Libération du passé
- Libération du cœur et de l'âme
- Libération d'événements dans le futur proche : A utiliser si vous sentez un poids au dessus de la tête ou l'arrivée d'un événement dans un futur proche.
- Lucidité : Vous souhaitez voir votre vie sous un autre angle et voir d'autres possibilités pour votre futur. Ne restez pas dans la confusion et le doute, ne vous limitez pas dans vos réflexions, activez votre discernement, gagnez en lucidité.

M

- Maîtrise de soi : La maîtrise de soi implique un self-contrôle de vos réactions corporelles et une gestion du mental sans que l'émotionnel soit trop impliqué. Ce fichier régule la réactivité et l'impulsivité. Prenez moins les choses personnellement.
- Manifester son pouvoir créateur : S'aligner avec son futur pour générer et créer celui-ci.
- Manque d'amour : Aide à pallier au manque d'amour ou à l'absence d'être aimé.
- Manque d'amour physique : Aide au manque de sexualité.
- Manque de désir sexuel : Travaille sur le manque de désir, voir l'impuissance.
- Masculin sacré : (Nicolas de flüe) Énergie masculine sacrée offrant un apaisement et un éclaircissement du corps mental. Cette lumière paisible offre un détachement bienvenu favorisant un retour à une intériorité bienveillante.
- Mère Meera : Pour une activation du chakra pourpre favorisant une connexion cosmo-tellurique. Cette reliance retrouvée permet de libérer les résistances causales et spirituelles.
- Mère noire : Permet une régénération corporelle intense grâce à un champ torsion droit et un ancrage assez puissant. Ce processus de guérison corporel peut mettre en évidence certaines douleurs ou blocages énergétiques.
- Méta-communication : Redevenez le petit enfant qui s'émerveillait devant la beauté de la nature. L'esprit enfantin facilite la méta-communication avec tous les règnes, animaux, végétaux, minéraux. Ouvrez vos perceptions et allez au-delà des apparences.
Communication avec les autres règnes
- Mettre une limite (savoir mettre une limite)
- Mémoires ancestrales : Travaille sur vos mémoires cellulaires ancestrales, c'est à dire celle liées aux grands parents et au delà.
- Mémoires parents : Travaille sur vos mémoires cellulaires liées à vos parents
- Miroir : Les autres vous renvoient sans cesse à vos propres blessures et à vos problématiques. La réaction provoquée chez les autres et vous-même semble disproportionnée. Atténuez cet effet « miroir » dans un sens comme dans l'autre.

- **Moi profond** : L'extérieur n'est que le reflet de l'intérieur. Ne vous laissez plus distraire, voire happé, par cet extérieur, revenez à votre intériorité, ne vous coupez plus de vous même. Connectez-vous à votre moi profond et écoutez votre âme.
- **Mort et renaissance** : Active une expérience de mort et de renaissance à soi. On dépose tout ce que l'on ne veut plus et on se libère. Agit sur le plan causal.
- **Moyen** : Ne restez pas dans la frustration, la stagnation et l'impuissance. Changez votre vie en posant des actions concrètes. Ne vous limitez plus, donnez-vous les moyens de vivre vos rêves et de concrétiser vos projets. Il est temps d'investir quand vous le jugez nécessaire.

N

- **Négentropie** : Ensemble de fréquences favorisant les processus de remise en ordre biologique.
- **Nettoyage des corps subtils** : Mise à la terre des mémoires réveillées, des émotions, des peurs puis enclenche une douche de lumière sur tous nos corps subtils.
- **Ne plus lutter**
- **Non-dits** : Vous êtes plutôt taiseux et vous avez de la difficulté à exprimer vos émotions et vos sentiments. Peut-être y a-t-il aussi des non-dits, des secrets de famille que vous avez envie de libérer.
- **Non-jugement** : Relativise notre sentiment d'être jugé ou critiqué (regard des autres), sans oublier notre propre jugement de nous-même ou d'autrui. Pour ceux qui ont tendance à se juger, à se dévaloriser, à saboter leur confiance en eux, par peur de ne pas y arriver ou de ne pas être à la hauteur. Il permet de lâcher prise avec ce genre de peurs, d'être dans le non jugement de soi et des autres.
- **Non-influencé** : Vous êtes trop influencé par les autres, parfois même déstabilisé. Vous cherchez à être vous-même et moins subir les autres. Ce fichier permet de rester centré et de garder votre énergie et votre indépendance dans vos choix et vos décisions.

O

- **Œdipe** : Coupe les liens affectifs avec ces parents pour reprendre le contrôle de sa vie.
- **Ombre** : Il arrive un moment où l'on est obligé de faire face à sa part sombre si l'on veut évoluer. Ce fichier, parfois confrontant, vous offre l'opportunité de découvrir et de transformer cette part de soi souvent mise de côté et vous faisant de l'ombre.
- **Ondes de Schumann** : Ensemble de fréquences pour se reconnecter à la vibration de la Terre. Effet intéressant sur le sommeil.
- **Opportunités** : Ce fichier n'a pas pour objectif de créer des opportunités, mais de vous mettre dans un état vous permettant de les saisir et de ne pas les laisser passer. Des synchronicités peuvent se présenter et vous guider dans vos choix ou non-choix.
- **Oracle** : Met en état de réceptivité et de détachement. Permet de nous connecter à notre mental supérieur libérant nos pensées des implications émotionnelles. Une voix intérieure

s'exprime alors librement avec justesse et lucidité sur le passé, le présent ou le futur selon le besoin de l'instant.

- Ortie : amène de l'énergie. Stimule la peau, les poumons et le système nerveux.
- Ouverture : Transforme le schéma de fermeture et le complexe de timidité mis en place durant notre enfance. Pour ceux qui ont tendance à se replier sur eux-mêmes, à se taire dès qu'une situation ne leur convient pas ou les agresse, préférant rester dans leur zone de confort (maison, chambre, bureau, etc). Favorise l'ouverture et le contact avec les autres.

P

- Pardonner : Vous êtes plein de rancune et de colère. Il est temps de vous pardonner et de pardonner aux autres. Renouez avec la paix intérieure et d'apaiser les conflits, que ce soit en vous ou avec les autres.
- Passer à la suite : Vous aimeriez voir des possibles pour la suite. Vous avez besoin de mettre en place un plan d'action pour le futur, de structurer et de planifier votre avenir afin de passer enfin à la suite et avoir le sentiment d'avancer dans la vie.
- Peur de manquer et peur de mourir : Comme tout fichier qui travaille sur des peurs ou des manques, il est possible que dans un premier le travail réveille des douleurs ou des émotions. Il n'y a rien de négatif à cela, c'est le travail qui se fait. Libre à vous d'affronter ou de stopper. La clé de réussite est dans le lâcher prise.
- Perte de repère : Vous êtes dans la confusion et ne savez pas quelle est la direction adéquate à prendre ou vous aimeriez donner plus de sens à votre vie. Votre sentiment de vide intérieur ne demande qu'à être transformé et comblé.
- Peurs : Les peurs vous paralysent et conditionnent fortement bien des aspects de votre vie. Peu importe leur origine (vécu des ancêtres ou durant votre enfance). Il est temps d'y faire face. Cessez de vous limiter et de vous saboter, lâcher ces peurs.
- Place dans la société
- Positionnement et affirmation de soi
- Prémonitions : Favorise l'introspection, puis la connexion avec le plan causal par des visions ou des prémonitions (sensations ou intuitions). Donne l'impression d'être, dès à présent, complètement impliqué dans ce qui va nous arriver prochainement. Peut amplifier l'émotionnel en lien avec des épreuves ou des étapes à traverser dans un futur proche.
- Prendre soin de soi-même
- Présence en soi et stabilité
- Priorité : Favorise la gestion des priorités. Lorsque l'on pense devoir tout assumer, se rendre indispensable et se mettre la pression inutilement, c'est le moment de répondre à ses attentes et à ses besoins profonds. Ce fichier permet de mieux gérer les priorités, d'être plus flexible pour faire ce qui est juste de faire pour soi, quitte à en déléguer une partie. Ainsi, on peut suivre sa voie sans se sentir envahi par les demandes des autres ou les obligations que l'on se met soi-même.

- **Prise de risque :** Favorise la prise de risques quand ça en vaut la peine. Lorsque l'on se sent en phase et que des opportunités se présentent, c'est le bon moment pour créer quelque chose de nouveau et se donner les moyens pour le réaliser. Ce fichier donne confiance dans la suite et dans son instinct. On ne reporte plus un choix à faire s'il est juste et réfléchi, mais on reste conscient de ses limites et on renoncera s'il le faut. Il permet de se sentir plus courageux, entreprenant, dynamique, audacieux et prêt à assumer des risques au niveau personnel ou professionnel.
- **Procrastination :** Vous n'avez plus envie de procrastiner et de remettre sans cesse à plus tard ce que vous aimeriez faire ou devez faire. Ce fichier vous donnera de l'élan pour passer enfin à l'action.
- **Protection et soutien**
- **Puissance :** Retrouvez ou redéployez votre puissance intérieure. N'ayez plus peur de votre propre puissance, acceptez-la, débridez-la, affirmez-la. Ce fichier vous permet de ressentir pleinement dans votre corps cette sensation de plein puissance.
- **Pulsation de vie :** Donne le sentiment d'être bien vivant. Renforce l'énergie dans les pieds et globalement un peu partout dans le corps, surtout dans tout le système cardiovasculaire (mollets, cœur, tempes). Stimule le corps et accélère la récupération. Peut donner envie de dépasser nos limites physiques et d'être impitoyable pour les autres.
- **Purification et mise à la terre**

Q

- **Quinton-iso :** Crée du calme et de la disponibilité. Préparation idéale avant tout processus de guérison.

R

- **Rapport parent-enfant**
- **Rayonner :** Se sentir dense et plein d'énergie avec un sentiment de grande expansion. Nous disposons alors de notre propre énergie pour ne plus dépendre de celle des autres. Ayant suffisamment d'énergie, nous rayonnons, pas uniquement énergétiquement mais cela peut prendre le sens de renommée, de prestige, d'influence sur les autres en restant soi-même, authentique et exemplaire.
- **Réaliser ses rêves :** Favorise la réalisation de ses rêves, ceux que notre âme et notre corps souhaitent et non pas les désirs rapides ou objectifs fixés par notre mental. Établit une connexion entre le plan spirituel (les rêves) et nos pieds (la réalisation).
- **Recevoir :** Pour les personnes généreuses qui se sentent frustrées de ne jamais recevoir, qui s'interdisent de recevoir ou pensent ne pas le mériter. Ce fichier aide à trouver un juste équilibre entre donner et recevoir, sans tomber dans le calcul ou le chantage. Il nous remplit de gratitude pour tout ce que nous recevons et pour la vie en général.
- **Reconnaissance :** Depuis toujours, vous recherchez l'approbation de votre père ou d'autres personnes dans votre entourage. Ce fichier vous apportera une reconnaissance venant des plans supérieurs où l'ego n'a plus sa place. Votre besoin n'aura simplement plus de sens

- Recueillement
- Réduire le stress
- Régulateur : Permet de mettre de l'ordre dans l'énergie et les informations du corps afin de mieux équilibrer la répartition de l'énergie et ainsi se sentir plus dense et en sécurité. Encourage le fait de se sentir libre et différent des autres, permettant de remplir toutes les besoins personnels mis de côté par le sacrifice.
- Relaxation et détente
- Relation à la mère
- Relation au père
- Répondre à ses besoins : Respectez-vous, répondez à vos propres besoins, pas seulement à ceux des autres. Évitez les frustrations qui s'accumulent d'année en année. Ce fichier vous permettra de prendre du recul sur vos besoins afin de moins en être dépendant.
- Reset : Si vous refusez de vous remettre en question ou d'évoluer, ce fichier peut être confrontant. En allant jusqu'au bout du processus, vous pourrez casser de vieux schémas et avoir le sentiment de renaître à la vie ou de devenir un autre vous-même
- Résilience : Active le processus naturel de résilience. Libère les émotions cristallisées lors d'événements douloureux et les transmute en énergie lumineuse. Accélère la digestion du vécu et de tout ce que nous n'avons jamais pu exprimer. Nous pouvons rebondir tout en bénéficiant des bonus de ces expériences de vie.
- Respect
- Retour dans son corps : Ce fichier facilitera le retour dans votre corps et le centrage des différents corps subtils.
- Retour à l'essentiel
- Revenir dans son corps : Revenir dans son corps, son « chez soi » fait un bien fou. Pouvoir retrouver une limite naturelle et physiologique permet de revenir à une base saine, la nôtre. Très utile aussi après des expériences diverses hors de nos champs habituels de conscience.

S

- Sabotages mentaux
- Saine responsabilité : Pour ceux qui prennent trop sur eux pour soutenir et aider les autres ou simplement pour que ça avance. Rétablir l'équilibre entre les responsabilités, les obligations, la pression que l'on se met pour les autres et celles pour soi-même. En finir avec les « je dois... » et « il faut... ». Se respecter, surtout quand le corps est négligé et que la fatigue commence à se faire ressentir.
- Samouraï : Apporte stabilité, bonne gestion du stress et des peurs et un sentiment de sécurité. Cette énergie disponible aide à rester vigilant, ne pas se laisser faire et rester soi-même

- Se connecter à son enfant intérieur : Pour connecter, rassurer et mettre en sécurité son enfant intérieur.
- Se défaire du collectif : Dans la période que nous vivons, il est important de ne pas se laisser happer par les peurs, les excitations du collectif. Ce fichier vous aide à traverser et passer au-dessus du collectif pour continuer votre chemin. Peut être utilisé avec les fichiers Être libre et Être soi. Agit principalement sur le plan causal.
- Se sentir libre : Être libre de s'engager dans ce que nous avons choisi, pas dans ce que nous impose la société, la famille ou notre passé. La finalité étant de devenir autonome et indépendant en jouissant d'un grand espace de liberté pour s'exprimer.
- Se sentir utile
- S'incarner : Renforce le sentiment d'appartenance à ce monde. Accroît la sensation d'être bien incarné, bien enraciné. Permet d'être davantage en paix avec notre incarnation et de l'assumer en totalité. Être dans la réalité de ce monde, faire ce qu'il est juste de faire, être simplement qui nous sommes et vivre pleinement cette existence.
- Se valoriser
- Sel de Salie de Béarn : travaille sur le système immunitaire, le système nerveux, le système osseux (bas du corps), le système génital féminin et le système respiratoire (partie haute).
- Sécurité émotionnelle
- Sexualité : Vous êtes en conflit avec votre corps. Vous avez des complexes et des soucis avec la nudité. Ce fichier n'a pas pour but de vous désinhiber, mais de vous réapproprier votre corps et de vous aimer tel que vous êtes.
- Solitude et silence intérieur : Pour s'offrir un moment de solitude et de silence intérieur.
- Sortir de la déprime : Favorise l'enthousiasme permettant de compenser un état de déprime légère. Le détachement généré par rapport à notre réalité quotidienne permet aux pensées confiantes d'émerger naturellement dans notre esprit. Ce fichier demande probablement une utilisation plus persévérante dans le temps avant de ressentir un effet bénéfique sur une déprime chronique.
- Soutien spirituel : Permet de lâcher prise, de donner moins d'importance aux soucis du quotidien et de voir la vie sous un angle différent. Nous nous sentons accompagné par une présence rassurante qui nous apporte de l'espoir et nous permet de reprendre confiance. Ce fichier nous reconnecte à notre part lumineuse, mais peut-être nous faudra-t-il d'abord relâcher notre part sombre...
- Spiritualité alignée
- Stabilité dans sa vie : Pour ceux qui manque de stabilité ou qui ont besoin de stabilité.
- Stabilité et sécurité : Renforce la sensation de stabilité et de sécurité sur tous les plans de conscience, aussi bien au niveau matériel que psychique. Aide à suivre notre destinée sans se laisser déstabiliser par les peurs des autres ou du futur grâce à une stabilité et sécurité intérieure.

- **Survivant** : Syndrome du survivant. Vous avez un sentiment de culpabilité dont l'origine semble remonter à un stade fœtal (présence d'un autre fœtus mort-né ou phagocyté). Vous avez survécu à une naissance difficile, vous êtes en permanence en état de survie, avec une rage de vivre. Il est venu le temps de pouvoir jouir de votre vie.
- **Survie** : Vous êtes en permanence aux aguets et vous voyez des dangers partout. Vous sursautez au moindre bruit et vivez dans un stress permanent. Ce fichier permet de vous poser et peut-être qu'il changera votre croyance que la vie est une lutte.
- **Synchronicité** : Mettez-vous dans un état de réceptivité pour observer et accueillir les synchronicités qui se présentent. Ainsi, vous ferez les choix adéquats parmi les futurs possibles et vous irez dans la bonne direction, en phase avec votre destinée.

T . **Timidité** : Enfant, vous étiez très timide et solitaire. Ce complexe perdure et vous voulez davantage vous ouvrir aux autres et ne pas rester dans votre coin. Cessez de vous replier sur vous-même à chaque fois que vous sortez de votre zone de confort.

Transformation : Favorise la mise à la terre des charges et des mémoires afin de se libérer de son passé. Ce qui doit être relâché peut enfin l'être et ainsi laisser de la place à de nouvelles vibrations. Ce fichier permet une ouverture vers le haut pour aller y chercher les informations utiles et bénéfiques pour transformer les informations négatives cristallisées dans le corps. Ce dernier pourra facilement s'adapter à ces nouvelles informations et ainsi accélérer la remise en ordre et la guérison.

V

- **Vacances et tranquillité**
- **Valorisation-reconnaissance**
- **Vigilance**
- **Vivre pleinement** : Vous avez envie de vivre pleinement cette vie sur Terre. Ne vivez pas par procuration en laissant vivre les autres à votre place. Ne répondez pas simplement aux besoins et aux attentes des autres. Croquez la vie en pleine conscience.
- **Volonté- action**