

## MABON



*Merci de bien lire toutes les consignes.*

Au moment du soin – ton heure est indiquée [dans mon planning](#)

1. Vaquer à tes occupations
2. Si tu as un coup de mou, pose-toi dans un fauteuil ou repose toi quelques minutes
3. Si tu sens des humeurs monter, aères-toi, sors un peu, bouge, change-toi les idées.

Plus tu penseras à autre chose et plus le soin sera efficace.

Dès la fin du soin et, **pendant trois jours**, consigner dans un carnet ou document Word :

- Ce que tu perçois de différent
- Les petits changements du quotidien
- Les petits changements relationnels
- La manière dont tu dors
- Les rêves ou l'absence de rêve
- Ce que tu ressens comme nouveaux besoins
- La manière dont tu appréhendes désormais tes journées
- La manière dont tu appréhendes désormais tes proches, ta famille.
- Et tout ce qui sort de ton ordinaire

- Ce que ton corps exprime
- Les humeurs
- Les peurs ou blessures qui ressortent ou auxquelles tu es confronté.e

Ensuite, **pendant 4 jours supplémentaires** prendre note des choses qui vous semblent peu ordinaires dans votre vie (sommeil, coïncidences, humeurs, appétit, etc)

**Au 7<sup>ème</sup> jour après le soin**, m'envoyer le [tableau](#) rempli. Quand tu cliques sur le lien, il se télécharge directement sur ton PC. Si tu ne parviens pas à remplir le tableau, essaie de me faire un retour de ressentis par [mail](#).

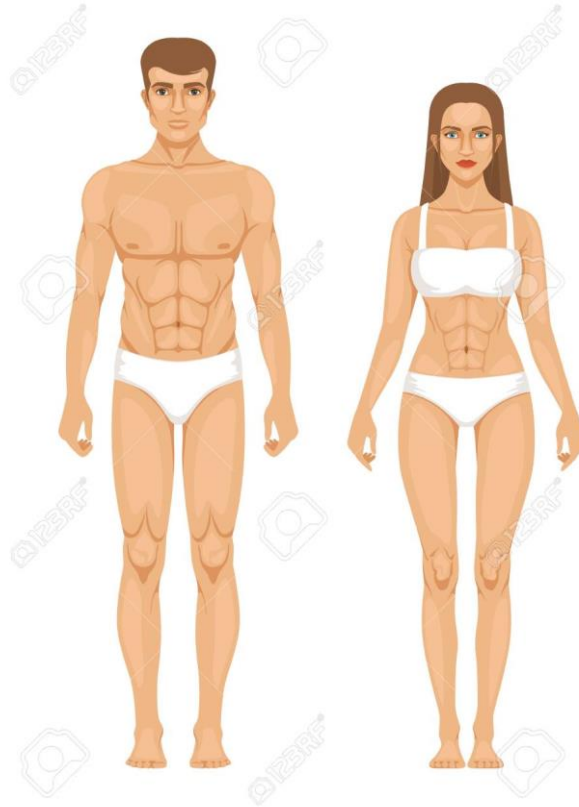
Si dans les jours suivant le soin, tu sens des humeurs monter là encore, change-toi les idées, aères-toi, consigne-les et fais-moi part de celles-ci si elles durent plus de 3 jours !

Après le soin, pendant plusieurs jours, je travaillerai à consolider celui-ci il est donc normal qu'il y ait des hauts et des bas durant une période de 3 à 7 jours.

***Il n'y a pas réellement de consignes à respecter après le soin sinon de ne pas subir d'autre intervention énergétique par un autre praticien que moi pendant 3 jours après le soin. Tu peux cependant pratiquer durant cette période.***

Il est fondamental de me faire part de tes ressentis et changements afin que je puisse effectuer les modifications et consolidations nécessaires.

La photo dont j'ai besoin doit être dans une position telle que ci-dessous, habillé bien entendu, et loin de toute source électrique, sur fond clair, sans bijoux ni pierre sur toi :



*Ces soins sont compatibles avec tous les soins que je propose et peuvent préparer l'énergie à ceux-ci ou amplifier leurs effets bénéfiques.*

*Le soin dure entre 20 et 30 minutes*