

Bonjour,

***Voici les consignes pour les soins suivants :***

***Samain*** – tous les 31 octobre

***Imbolc*** – tous les 1<sup>er</sup> février

***Beltaine*** – tous les 1<sup>er</sup> mai

***Soin Litha – Sol Invictus*** – tous les 21 juin

***Lughnasad*** – tous les 1<sup>er</sup> août

***Mabon*** – tous les 21 septembre

***Merci de bien lire toutes les consignes.***

Durant le soin, **il n'est pas anormal de ne rien ressentir au moment où j'agis**, cela arrive dans 20% des cas et cela n'empêche absolument pas le soin de faire effet. Au contraire.

Le rapport de soin, fourni d'office avec le soin, est livré quand j'aurai tout pu consolider et la plupart du temps, il est fourni sous 1 mois.

Je vous dirai ce que j'ai pratiqué et la manière d'ancrer le soin dans la durée. J'expliquerai le travail fait de manière individuelle mais aussi, le travail auquel j'aurai procédé selon ce que l'énergie de chacun peut apporter.

***N'oubliez pas :***

Règle #1 : ce n'est pas parce que l'on ne ressent rien que rien ne se passe

Règle #2 : les effets ne se situent pas forcément là où on les attend.

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)

Si dans les jours suivant le soin, tu sens des humeurs monter là encore, change-toi les idées, aères-toi, consigne-les et fais-m 'en part !

Le soin dure 30 minutes et **aura lieu à la date et l'heure indiqués dans mon [planning](#)**. 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 pendant 3 jours après le soin.***

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

Voici un modèle de rapport, votre compte rendu de soin est **attendu au jour J+7 [sur base de ce modèle](#)**. Tu peux remplir ce tableau en prenant connaissance des informations utiles ci-dessous.

## MODELE DE RAPPORT DE SOIN

La plupart des soins que je propose ne se limitent pas à une intervention à l'heure que je vous aurai donnée. Si le soin dure généralement une demi-heure, je procède néanmoins à des ajustements tels que :

Jour J – 1 : préparation du soin

Jour J : soin

Jour J + 3 : consolidation du soin

Jour J + 7 : vérification de l'ancrage du soin

Jour J + 14 : nettoyage de ce qui n'avait pas pu être nettoyé au Jour J

Jour J + 21 : vérification et dernière consolidation.

Le rapport que je vous demande de me faire au Jour J + 7 **est fondamental** pour la suite des travaux auxquels je procède. Ainsi, **s'il est demandé** dans les consignes du soin, je vous serais reconnaissant de m'envoyer, sans faute, dès le 8ème jour suivant le soin, un rapport basé sur le modèle qui suit :

### **Jour du soin :**

Ressentis – émotions et sentiments – sommeil – appétit – choses qui ressortent (peine, colères etc)

### **Jour du soin + 1jour :**

Ressentis – émotions – sommeil – appétit – vitalité – aperçu de ce qui s'exprime depuis le jour du soin. Premiers changements qui surviennent dans la manière d'aborder la vie, les gens, le boulot etc.

### **Jour du soin + 3 jours :**

Petits changements que vous avez observés durant votre quotidien tels que : choses qui viennent à vous – détachement – légèreté ou lourdeur – sentiment de ne pas être à votre place etc

### **Jour du soin + 5 jours :**

Petits changements que vous avez observés durant votre quotidien tels que : choses qui viennent à vous – détachement – légèreté ou lourdeur – sentiment de ne pas être à votre place – nouvelles envies, nouvelles idées, idées d'ailleurs – envie de changement – démotivation ou nouvelle motivation, idées plus claires etc

### **Jour du soin + 7 jours :**

Changements ou choses inchangées depuis le soin.

Règles prématurées, plus ou moins abondantes ?

Sommeil perturbé ou plus profond ?

Rêves plus clairs ou ayant disparus ?

Colères et conflits qui émergent ? Peines ou tristesse ?

Etc

### **Attention :**

Il est primordial que je reçoive un rapport basé sur ce modèle.

Si le soin concerne une autre personne, demandez-lui comment ça s'est passé.

Si le soin concerne un enfant, observez ce qui sort de ses habitudes tel que :

Appétit plus ou moins fort

Sommeil perturbé

Décrochage ou accrochage scolaire

Émotions qui s'expriment

Colères

Affirmation de soi

Humeurs

Et tous les changements que vous pouvez observer.

Un soin se fait à deux ! Je fais ma part du travail, la votre consiste à me tenir informé. Cela fait partie du soin !

Voilà donc pour les consignes.

Je te dis à bientôt.