

Rituel d'alignement du cœur



Ce rituel est un moment pour t'accompagner dans les énergies d'alignement du mois de juin. Il t'invite à ralentir, à revenir à l'essentiel et à faire le point sur ce qui résonne véritablement avec ton cœur.

Dans un quotidien souvent rempli de sollicitations, de responsabilités et de choix à faire, il peut être facile de perdre de vue ce qui est vraiment important pour soi. Ce rituel t'offre un espace pour te reconnecter à tes ressentis, clarifier tes intentions et remettre de la cohérence entre ce que tu penses, ce que tu ressens et les actions que tu souhaites poser.

Porté par la douceur du portail du 6/6, la clarté de la Nouvelle Lune en Gémeaux, la lumière du Solstice d'été et l'énergie de concrétisation de la Pleine Lune en Capricorne, il te permet de :

- Identifier ce qui est réellement aligné avec toi aujourd'hui.
- Faire le tri entre les attentes extérieures et les aspirations de ton cœur.
- Clarifier tes envies, tes priorités et les directions que tu souhaites prendre.
- Harmoniser tes pensées, tes émotions et tes actions.
- Poser des choix conscients et des bases solides pour les mois à venir.
- Te reconnecter à ta propre lumière et à ta capacité de créer une vie qui te ressemble.

En quelques minutes, tu t'offres un temps de recentrage, de clarté et d'écoute intérieure. Car parfois, avancer ne demande pas de faire davantage. Cela demande simplement de choisir, avec confiance, ce qui est juste pour soi.

Matériel :

- une bougie blanche ou jaune,
- une feuille de papier,
- un stylo,
- une pierre de ton choix (quartz rose, citrine, cristal de roche ou celle qui t'appelle).

Le rituel

Allume ta bougie et prends quelques instants pour revenir à ta respiration.

Place une main sur ton cœur et demande-toi : **"Qu'est-ce qui est réellement aligné avec moi aujourd'hui ?"**

Sur ta feuille, dessine trois colonnes :

Ce que je ressens
Ce que je pense
Ce que je choisis

Dans la première colonne, note ce que ton cœur te souffle.

Dans la seconde, écris les idées, projets ou prises de conscience qui occupent ton esprit.

Dans la troisième, note les actions concrètes que tu souhaites poser durant ce mois de juin pour honorer ce que tu ressens profondément.

Lorsque tu as terminé, relis l'ensemble et observe les liens qui se dessinent.

Puis place ta pierre sur la feuille et répète :

"Je choisis d'avancer avec confiance sur un chemin aligné avec mon cœur. J'honore mes ressentis, mes besoins et ma vérité. J'accueille les opportunités qui soutiennent mon évolution pour le plus grand bien de tous."

Laisse la bougie se consumer quelques instants en visualisant une lumière douce t'entourer et harmoniser toutes les facettes de ton être.

Conserve ensuite ta feuille jusqu'à la fin du mois et relis-la lors de la Pleine Lune en Capricorne pour observer ce qui s'est manifesté, clarifié ou concrétisé.