

## Album soin et développement personnel n°3

### Fichiers d'aide aux troubles de la santé :

- 01-Toux, Asthme et angine.
- 02-Troubles oculaires, sinusite et douleurs aux dents.
- 03-Troubles circulatoires et cardiovasculaires.
- 04-Troubles nerveux.
- 05-Troubles de la mémoire et de la concentration.

### Fichiers de travail énergétique :

- 06- Ondes de Schumann :  
Fondamentale et harmoniques.
- 07- Kundalini :  
Active la circulation de l'énergie dans la colonne vertébrale. Met en évidence les blocages sur les vertèbres et travaille aux déblocages.
- 08- Nettoyage des corps subtils :  
Mise à la terre des mémoires réveillées, des émotions, des peurs puis enclenche une douche lumière sur tous nos corps subtils.
- 09- Être fluide :  
Amène la fluidité énergétique, émotionnelle et la fluidité dans la vie.

### Fichiers de développement personnel :

- 10- Dénier et vérité :  
Travaille sur les dénis et ouvre les yeux sur la vérité.
- 11- Manque d'amour :  
Aide à pallier au manque d'amour ou à l'absence d'être aimé.
- 12- Manque d'amour physique :  
Aide au manque de sexualité.
- 13- 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.
- 14- Se connecter à son enfant intérieur :  
Pour connecter, rassurer et mettre en sécurité son enfant intérieur.
- 15- Stabilité dans sa vie :  
Pour ceux qui manquent de stabilité ou qui ont besoin de stabilité.
- 16- Être en pleine sécurité :  
Pour ceux qui manquent ou ont besoin de sécurité matérielle et émotionnelle.
- 17- Avoir la force de :  
Amène de la force intérieure et un sentiment de force physique.
- 18- Équilibre dans sa vie :  
Travail sur les différents équilibres nécessaires dans sa vie. Ce fichier peut être utilisé en préparation avant les fichiers 19, 20 et 21.
- 19- Être sûr de son choix :

Quand on a du mal à choisir ou que l'on a peur de choisir.

20- Être libre :

Valorise et induit la liberté et l'autonomie dans sa vie.

21- Être soi :

Se réconcilier avec soi, rester soi-même face aux situations.

22- Solitude et silence intérieur :

Pour s'offrir un moment de solitude et de silence intérieur.

23- 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...

**Fichiers en lien avec le collectif ou le spirituel :**

24- 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 utiliser avec les fichiers 20 et 21. Agit principalement sur le plan causal.

25- Mort et renaissance :

Active une expérience de mort et renaissance à soi. On dépose tout ce que l'on ne veut plus et on se libère. Agit sur le plan causal.

26- Manifester son pouvoir créateur :

S'aligner avec son futur pour générer et créer celui-ci.