

## L'EVEIL DU NAVIGATEUR (Bonus)

Bienvenue pour cet exercice de l'Eveil du Navigateur !

Le principe de cet exercice est que vous n'êtes pas ici par hasard.

Et surtout, vous n'êtes pas venu ici tout seul.

Tout comme les pigeons voyageurs qui retrouvent toujours leur maison, vous avez un instinct, un Navigateur.

Cet instinct vous permet de vous souvenir de qui vous êtes, d'accéder à la source dimensionnelle de votre Etre et de « télécharger » les connaissances et capacités dont vous avez besoin.

Par contre, nos circonstances de vie font que cet instinct est souvent enfoui sous nos contraintes quotidiennes.

C'est justement l'objectif de l'Eveil du Navigateur que de vous aider à vous reconnecter à la partie supérieure de vous-même.

Vous en ressortirez avec une vision plus claire de vous-même, de votre histoire d'incarnation, de votre mission et de la façon de la réaliser.

L'Eveil du Navigateur se pratique les yeux fermés, couché sur le dos, étendu sur votre lit ou votre canapé.

Vos mains doivent être placées le long de votre corps, vos jambes étendues.

Cet exercice est guidé, mais ne vous inquiétez pas si vous n'arrivez pas à « visualiser ». Concentrez-vous sur la musique, sur ma voix et sur votre « ressenti ».

Cet exercice dure une quinzaine de minutes, assurez-vous de ne pas être dérangé pendant cet exercice. Gardez-vous aussi quelques minutes à la fin pour intégrer votre expérience.

De même, gardez votre 'carnet spirituel' à côté de vous, et notez toutes les expériences, spirituelles ou physiques, qui pourraient se présenter.

Je vous souhaite de beaux voyages...