# *MODE D'EMPLOI DESSIN SYMBOLIQUE*

Ce dessin est créé depuis un espace d'harmonie que je mets en place chez moi et en moi, il est créé en cocréation avec votre énergie et en lien avec votre questionnement, il va vous accompagner et participer à la libération d'un blocage, d'une mémoire cellulaire, d'un fonctionnement devenu trop étriqué pour celle ou celui que vous êtes aujourd'hui.

## *Voici ma proposition pour vous en servir :*

Afficher ce dessin de façon à ce qu'il fasse partie de votre environnement.
Le regarder aussi souvent que vous en ressentez le besoin, ou au moins une fois par jour.
Isolé dans une pièce tranquille et face à votre dessin, soyez conscient de votre ressenti en posant l'attention dans votre corps.
Soyez attentif aux sensations. Des sensations bien concrètes et pas imaginées, pour cela il convient d'être vraiment présent à ce qu'il se passe.
Vous pouvez dire à voix haute ou intérieurement là où votre corps vous amène comme sensation, cela vous permettra d'occuper votre mental. Cela peut être des fourmillements, des pressions internes ou externes sur la peau, ça peut être du chaud, du froid, une douleur qui se réveille, une émotion qui surgit, etc… Veillez à rester attentif à cette sensation jusqu'au bout, rentrez à l'intérieur de la sensation (comme dans une trame) en la décrivant de manière la plus fidèle possible à ce que vous ressentez et jusqu'à ce que vous ne la sentiez plus, et passez ensuite à une autre sensation si cela se présente, jusqu'à ce que vous ressentiez un relâchement du corps, un apaisement, un bâillement. Il n'y a pas besoin d'interpréter quoi que ce soit ou d'intellectualiser, le corps a sa propre intelligence et il saura vous guider sur le chemin, là où les tensions se présentent pour libérer l'espace ankylosé et qui est en lien avec le dessin et l'exploration.

Faire cela quotidiennement au moins sur trois jours minimums, le mieux est de continuer sur une semaine, voire plus comme vous le ressentez…

Votre dessin agira comme un vecteur pour vous ramener à ce qui est présent et qui se joue souvent à l'insu de votre plein gré, il vous ramènera à traiter ce qu'il y a à traiter ici et maintenant dans votre corps, sans fioriture, ni extraordinaire, dans la simplicité du moment c'est là que bien souvent la magie opère.

Je vous souhaite le meilleur pour la suite de votre chemin, puisse l'harmonie être dans votre vie !

PS : dans le cadre du développement de mon activité, je suis amenée à montrer les photos des peintures et dessins que je réalise. Toutes mes photos comportent une signature en filigrane qui ne permet pas la copie de l'image. Bien sûr, votre identité ne sera pas notée sur les photos, seul le nom de la toile y est inscrit.

*Myriam Lepori – Essence Ciel Terre*
*06.30.37.28.99*
*Myriam.lepori@orange.fr*
*www.essencecielterre.com*