

5 jeux pour entraîner ton intuition au quotidien



www.divinesabeilles.com

Pourquoi développer ton intuition ?

L'intuition est une ressource précieuse qui peut être développée et affinée avec la pratique. Elle te permet de vivre un quotidien plus inspirant, te permet de prendre des décisions plus facilement. L'intuition étant amie avec l'inspiration, elle te permet d'être créative et développer tes envies, projets, idées de manière alignée.

Cet ebook présente cinq jeux simples et amusants que tu peux réaliser partout pour renforcer ton intuition au quotidien.

Jeu 1 : Le Jeu des Couleurs

» Développe ta capacité à percevoir des couleurs et à faire des associations intuitives.

1. Choisis un moment de la journée pour jouer où tu es au calme.
2. Ferme les yeux et inspire par le nez, expire fortement par la bouche (3X)
3. Pense à une couleur qui te vient à l'esprit.
4. Ouvre les yeux et regarde autour de toi. Note toutes les choses qui ont cette couleur.
5. Réfléchis à ce que cette couleur signifie pour toi . Note tes associations d'idées. *Exemple : rouge : amour, sang menstruations, colère, diable, tentation, ancrage etc*

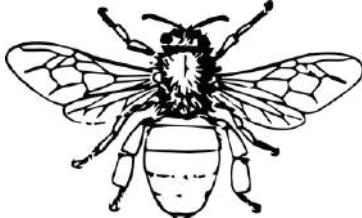
Te permet de développer ta capacité à faire des associations d'idées. Indispensable pour comprendre tes intuitions.

Jeu 2 : Visualiser un objet

» Affine ton sens de l'observation

1. Pense à un objet que tu possèdes mais que tu n'as pas sous les yeux.
2. Ferme les yeux et visualise-le du mieux que tu peux. Essaie de décrire l'objet dans ton esprit : sa forme, sa couleur, son utilisation.
3. Ouvre les yeux, vas chercher l'objet en question et compare ta visualisation avec l'objet réel.

Te permet de développer ta capacité à visualiser des informations avant qu'elles ne soient réellement devant tes yeux.



Jeu 3 : Le Journal de l'intuition

» Suivre et analyser tes intuitions au quotidien.

1. Prends un carnet et un stylo.
2. Chaque jour, note une situation où tu as eu une intuition, une idée ou un pressentiment.
3. Écris ce que tu as ressenti et comment cela s'est révélé vrai ou faux, utile ou non.
4. Avec le temps, tu pourras comprendre comment ton intuition et tes inspirations se manifestent.

Te permet de gagner en confiance. Note et valider tes résultats sera concret.

Jeu 4 : Prédire la météo

» Développer ta capacité à anticiper des événements.

1. Chaque matin, avant de consulter la météo (et avant d'ouvrir ta fenêtre), essaie de prédire le temps qu'il fera.
2. Note ta prévision et compare-la avec la réalité plus tard dans la journée.
3. Répète cet exercice pendant une semaine et voies comment ta précision s'améliore.

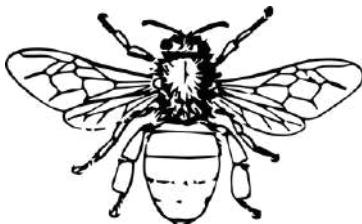
Te permet de développer ta clairvoyance ou ton clair ressenti. C'est à dire, ta capacité à "voir clair" ou à "ressentir dans ton corps" certains événements.

Jeu 5 : L'Association d'Idées

» Stimule ta créativité et ta pensée intuitive.

1. Prends un mot au hasard (tu peux utiliser un dictionnaire ou ouvrir un livre au hasard.)
2. Écris tout ce qui te vient à l'esprit en rapport avec ce mot pendant 2 minutes (lance un chrono)
3. Ensuite, essaie de créer une histoire ou une image mentale à partir de ces associations.

Te permet de développer tes associations comme pour le premier jeu.





Cet ebook

5 jeux pour entraîner ton intuition au quotidien



t'est offert par Audrey de www.divinesabeilles.com

Où me retrouver ?



- YouTube, Instagram, Facebook, LinkedIn :
[@divinesabeilles](https://www.instagram.com/divinesabeilles)
- Initiations, ebook, newsletter, articles, blog
- Accompagnements (coaching holistique)
»»» www.divinesabeilles.com



Audrey
divinesabeilles

