Le Rituel de 7 Matins Dorés

7 mantras et gestes sacrés pour activer ton abondance

Par Isabelle Cordy – soifdevie.eu

Le Rituel de 7 Matins Dorés

Pour accueillir l'abondance, un matin à la fois...
Et si chaque matin devenait un portail sacré vers plus de lumière, de confiance et de réception ?
Le Rituel de 7 Matins Dorés est une invitation à te reconnecter à ton pouvoir intérieur, à travers des mantras puissants et des gestes symboliques qui parlent à ton corps autant qu'à ton âme.
Durant 7 jours, offre-toi un moment rien qu'à toi.

Un souffle.
Un ancrage.
Un geste simple qui dit :

"Je suis prêt(e). Je suis digne. J'active mon abondance."
Chaque mantra est une graine. Chaque geste, un mouvement d'ouverture.
Et chaque matin, une chance de vibrer un peu plus fort ta vérité profonde.

🌿 **Respire. Accueille. Active.**
Les Matins Dorés commencent ici...

🌞 Jour 1 – Ouverture

Mantra :
« **Je m’ouvre à recevoir. L’univers conspire à mon expansion.** »

Geste :
Ouvrir les bras largement vers le ciel, paumes tournées vers le haut, comme pour accueillir la lumière.

Phrase d’intégration :

➡ Aujourd’hui, je laisse entrer le beau,
même s’il arrive autrement que prévu.

🌺 Jour 2 – Présence

Mantra :
« L’abondance est déjà là, dans l’instant présent. Je la reconnais. »

Geste :
Poser les deux mains sur le cœur, fermer les yeux et inspirer profondément, comme pour dire merci à la vie.

Phrase d’intégration :

➡ Je choisis de voir la richesse dans ce que j’ai déjà sous les yeux.

🔥 Jour 3 – Activation

Mantra :
« **Mon énergie attire ce que je vibre. Je suis magnétique.** »

Geste :
Frotter les mains l'une contre l'autre pour activer la chaleur, puis les approcher du plexus solaire (milieu de la poitrine).

Phrase d'intégration :

➡ **Je suis créatrice de ma vibration. Ce que je rayonne m'appartient.**

🌿 Jour 4 – Détachement

Mantra :
« **Je libère le contrôle. Ce qui est juste viendra à moi, au moment parfait.** »

Geste :
Faire le geste d'ouvrir les mains comme si on relâchait un papillon.
Lâcher en conscience.

Phrase d'intégration :
➡ **Je laisse l'univers orchestrer les détails avec sagesse.**

🌙 Jour 5 – Confiance

Mantra :
« Même dans le silence, l'abondance agit pour moi.
Je fais confiance. »

Geste :
Joindre les mains en mudra de prière devant le cœur, puis les amener légèrement vers le front, en signe d'alignement.

Phrase d'intégration :
➡ Je n'ai pas besoin de tout comprendre pour continuer d'avancer.

🌊 Jour 6 – Circulation

Mantra :

« Je donne avec joie, je reçois avec grâce.
L'abondance circule librement. »

Geste :

Mouvement fluide des bras vers l'extérieur, puis vers soi.

Phrase d'intégration :

➡ Ce que je donne revient toujours autrement, amplifié par l'amour.

✨ Jour 7 – Intégration

Mantra :

« Je suis l'abondance en marche.
Chaque pas que je fais crée ma réalité. »

Geste :

Poser un pied symboliquement en avant, le dos droit, le regard élevé. Dire le mantra à voix haute.

Phrase d'intégration :

➡ Je marche avec conscience sur un chemin déjà béni.

🌈 Clôture – Et maintenant…

Tu viens d’offrir à ton esprit, à ton cœur et à ton corps 7 matins de lumière.
7 intentions. 7 mouvements. 7 pas vers l’abondance que tu es déjà.

Mais ce rituel ne s’arrête pas là. Il est vivant.
Tu peux le recommencer. Le personnaliser. Le faire tien.

🌱 Un seul mantra peut illuminer une journée.
💫 Un seul geste peut ouvrir un espace de réception.
🌞 Et chaque matin peut redevenir un rendez-vous sacré avec ton abondance intérieure.

Puisse Le Rituel des 7 Matins Dorés t’accompagner encore et encore.

📍 Pour aller plus loin :

✨ Retrouve-moi dans le groupe facebook: J’active mon Abondance
pour continuer à semer, vibrer et rayonner,ou sur le blog: Soif De Vie la clé de la réussite

💌 Partage ce guide avec ceux qui, comme toi, cherchent à s’ouvrir au meilleur.
💖 Et surtout… n’oublie jamais que l’abondance aime ceux qui osent l’aimer.
Isabelle .

📜 Mentions légales
© Isabelle Cordy – Soif de Vie
Tous droits réservés – 2025
Ce guide est destiné à un usage personnel uniquement.
La reproduction, la diffusion ou l’utilisation commerciale de ce contenu (texte, images, mantras ou rituels) sans l’autorisation écrite de l’auteure est strictement interdite.
Merci de respecter ce travail créé avec amour ✨
www.soifdevie.eu