

# Les soins de Cécilia

*Le bien-être à portée de main*



Le soin du 3 février est un soin collectif effectué à distance. La durée est variable, entre 20 mn et 40 minutes environ. A l'heure convenue, vous posez l'intention de recevoir le soin, par exemple « j'accepte de recevoir le soin effectué par Cécilia ». Si vous avez envie de vous allonger, de mettre des bougies, de la musique, ou tout autre chose, écoutez-vous. Si vous n'êtes pas disponible à l'heure convenue, vous pouvez tout à fait recevoir ce soin à un autre moment, en procédant comme indiqué ci-dessus. Vous pouvez avoir des ressentis physiques pendant le soin (picotements, vibrations, chaleur), recevoir des images, des sons, des odeurs. Il est aussi possible de ne rien ressentir du tout, il n'y a pas de règle et ce n'est pas parce que vous n'avez rien perçu que le soin n'a pas été efficace. Je ferai sans doute un retour sur ce soin lundi, vous pourrez partager vos impressions également ou poser des questions sur ma page Facebook ou le groupe [Vibr'harmonie](#) .

Cécilia