

## Intention Yoga Lunaire

Date : \_\_\_\_\_

Moi, \_\_\_\_\_, ici, aujourd'hui et dès maintenant, je :



Tout cela et encore plus, pour mon bien et pour celui des autres.  
Gratitudes,

Signature : \_\_\_\_\_

### SIGIL

- Choisi 3 mots de ton intention qui résonnent FORT en toi (ex. clarté, valeur, puissance)
- Raye les voyelles de chacun de ces mots (ex. clarté, valeur, puissance)
- Raye les doublons des consonnes restantes (ex. clarté, valeur, puissance)
- Dessine un symbole incluant les lettres restantes à l'endos (ex. clrtvpsn). Laisse place à ta créativité.
- Plie cette feuille pour ne voir que ton SIGIL.
- Place celui-ci à vue pour ancrer ton intention tout au long du mois.