

# DÉCODAGE DE VIE

COMPRENDRE LES MESSAGES DU CORPS,  
DES ÉMOTIONS ET DU DESTIN –  
INITIATION EN 7 ÉTAPES



*Nancy Gagnon*

## Module 1

Décodage énergétique et symbolique du corps pour retrouver l'harmonie intérieure  
Par Nancy Gagnon –  
Énergéticienne sacrée et femme médecine du cœur

Je t'accueille dans cet espace de transformation intérieure avec tout mon cœur.

Ce Ebook est bien plus qu'un simple guide.  
C'est une invitation à écouter ton corps comme un ami fidèle, un confident silencieux, un canal sacré de ton âme.

*Nancy'Art  
Vision Positive*  
NANCY GAGNON

# BIENVENUE DANS CE VOYAGE SACRÉ

Je t'accueille dans cet espace de transformation intérieure avec tout mon cœur.

Ce ebook est bien plus qu'un simple guide.

C'est une invitation à écouter ton corps comme un ami fidèle,  
un confident silencieux, un canal sacré de ton âme.

Le corps est porteur d'histoires, d'émotions, de cicatrices...  
mais aussi de guérison, de sagesse et de lumière.

Chaque tension, chaque douleur, chaque sensation est un message énergétique, un appel à revenir à toi.

À travers ces leçons, je t'accompagne dans une rencontre profonde avec ton propre corps.

Ce n'est pas une formation intellectuelle : c'est une initiation vibratoire, une reconnexion au vivant en toi.

Je te souhaite de lire ces pages  
avec douceur, lenteur et ouverture...

Et surtout, de te laisser toucher, transformer,  
et aimer encore plus la merveille que tu es.



# EBOOK DU MODULE 1 : LE CORPS EST UN MESSAGER SACRÉ

Décodage énergétique et symbolique du corps pour retrouver l'harmonie intérieure  
Par Nancy Gagnon – Énergéticienne sacrée et femme médecin du cœur

## **Introduction – Une invitation à l'écoute du corps**

Ce chapitre introductif t'invite à ralentir et à te déposer dans une nouvelle posture : celle de l'écoute bienveillante envers ton propre corps. Tu découvriras pourquoi le corps est bien plus qu'une enveloppe : c'est un messenger sacré, le temple de ton âme, un canal d'expressions émotionnelles et spirituelles profondes.

## **Session 9 : Préface – Le Corps est un Messenger Sacré**

Dans cette préface, je partage mon propre chemin de reconnexion corporelle après les épreuves, notamment le deuil. Tu comprendras comment le corps imprime les chocs de la vie, et pourquoi guérir les douleurs physiques commence par une reconnexion intérieure à soi-même.

## **Session 10 : Accueillir ton Corps comme un Temple Sacré**

Tu apprendras à poser un nouveau regard sur ton corps, avec douceur et gratitude.

Cette session t'enseigne à honorer ton corps comme un espace sacré, au lieu de le juger ou de l'ignorer.

**Exercices :** miroir de l'acceptation, auto-bienveillance, toucher conscient.



## **Session 11 : Décoder les Tensions et les Émotions Figées**

Nous explorerons les liens entre les tensions musculaires, les douleurs chroniques et les émotions non exprimées.

Tu comprendras comment ton corps garde en mémoire ce que ton mental refoule.

**Pratique** : scan corporel + journal de libération émotionnelle.

## **Session 12 : Le Corps et les Mémoires de Traumatismes**

Cette leçon aborde la mémoire cellulaire et les empreintes laissées par les blessures passées (deuil, chocs, abus).

Tu découvriras l'impact des traumas non résolus sur ton système nerveux et ton immunité.

**Outils** : respiration réparatrice, visualisation sécurisante, soin énergétique d'apaisement.

## **Session 13 : Le Corps et le Chakra Racine – Se sentir en sécurité dans son corps**

Nous explorerons le lien entre le sentiment de sécurité, la confiance en la vie et l'ancrage corporel.

Le chakra racine est la clé de ton enracinement : si tu ne te sens pas "chez toi" dans ton corps, tu ne peux pas évoluer sereinement.

**Exercices** : enracinement, marche consciente, rituel avec les 4 éléments.

## **Session 14 : Le Langage Symbolique du Corps**

### **Quand le Corps Parle à l'Âme**

Chaque symptôme, chaque douleur a une signification symbolique.

Tu découvriras une cartographie émotionnelle du corps, avec ses messages énergétiques les plus courants.

**Outils** : dictionnaire symbolique corporel, méditation guidée d'écoute intérieure.



## **Session 15 : Le Corps et les Croyances Inconscientes**

Nos pensées profondes façonnent notre posture, notre vitalité et même nos maladies.  
Nous irons déloger les croyances limitantes inscrites dans le corps  
(ex. : "je ne mérite pas", "je dois porter les autres").

**Pratiques** : affirmation positive, auto-traitement énergétique, reprogrammation vibratoire.

## **Session 16 : Le Corps, un Temple Sacré à Honorer**

Pour clôturer ce module, tu seras invité(e) à instaurer une nouvelle relation d'amour avec ton corps.  
Ce chapitre est un retour à soi, un hommage à ton incarnation.

**Rituel final** : auto-massage sacré, engagement envers ton bien-être corporel, bénédiction de ton temple intérieur.

Félicitations d'avoir parcouru ce premier module de reconnexion sacrée.  
Tu viens d'accomplir un pas immense : entendre ton corps, décoder ses langages cachés, l'accueillir avec bienveillance.

Ton corps est ton allié le plus intime, celui qui t'a tout montré, tout porté, tout révélé...  
Aujourd'hui, il est temps de continuer cette relation d'amour avec lui.  
De l'écouter, de le soigner, de le nourrir avec conscience.



Prends un moment maintenant pour poser  
une main sur ton cœur, et une autre sur ton ventre.

Respire.

**Et dis-lui intérieurement :**

“Merci, mon corps. Je t’écoute. Je t’aime. Je suis avec toi.”

Ce module est la fondation d’un chemin de guérison, et ce n’est que le début.

Les étapes suivantes t’inviteront à explorer tes émotions,  
tes relations, tes croyances... jusqu’à renaître à ta pleine lumière.

Je t’invite à poursuivre cette aventure dans les modules suivants de ma formation Décodage de Vie.

Et si tu ressens l’appel, mes soins énergétiques, mes coachings  
et mes méditations guidées peuvent t’accompagner encore plus loin.

Avec lumière et gratitude,

Nancy Gagnon

Créatrice de Nancy’Art Vision Positive

Femme Médecine du Féminin Sacré

