



MASTERCLASS MENSUELLE

Initiation au pendule

Suivi de formation · Session en direct

1 heure • Zoom •

À prévoir avant la session

1

Votre pendule

Purifié et rechargé si possible avant la session

2

Une feuille blanche

Pour dessiner les supports d'exercice à main levée

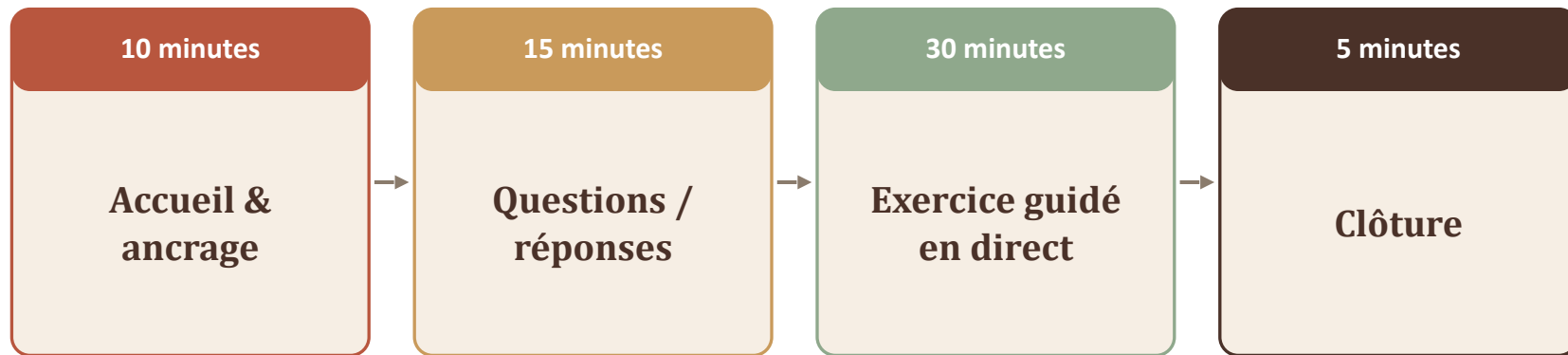
3

Un stylo

Pour noter vos réponses pendant l'exercice guidé

Déroulé de la masterclass

1 heure, en 4 temps



Matériel : pendule · feuille blanche · stylo — Rien à imprimer

10 minutes

Accueil & ancrage collectif

Partie 1 sur 4

Ancrage en ouverture

3 respirations guidées + courte visualisation des racines, pour que le groupe arrive « présent ».

Tour de table rapide

« *Comment s'est passée ta pratique depuis la dernière fois ?* »

15 min

Temps de questions / réponses

Partie 2 sur 4

Questions :

- Est-ce que vos conventions OUI/NON restent stables, ou avez-vous eu des doutes ?
- Avez-vous eu des moments où le pendule ne bougeait pas ? Qu'avez-vous fait ?
- Qui a testé la purification / recharge de son pendule depuis la formation ?
- Des questions sur l'équilibrage des chakras ou le protocole NACP ?

30 minutes

Exercice guidé : la bague de grand-mère

Partie 3 sur 4 — Mise en situation

« J'ai perdu ma bague, j'y tiens énormément : c'est l'alliance de ma grand-mère et de mon grand-père paternel, fusionnées ensemble. Je l'ai perdue quelque part dans mon appartement, dans une des pièces suivantes : le salon, la cuisine, la chambre ou la salle de bains. »

Matériel : pendule + feuille blanche + stylo

Objectif : identifier la pièce ET la technique de recherche qui convient le mieux à chacune



Préparation de l'exercice

Étapes 1 à 3

1

Préparer le support

Dessiner un cercle divisé en 4 parts égales (camembert) : Salon / Cuisine / Chambre / Salle de bains.

2

Rappel du cadre

NACP effectué — Nettoyage, Ancrage, Centrage, Protection — et connexion aux énergies établie.

3

Connexion à l'objet

Visualiser la bague (deux alliances fusionnées, métal, poids, charge affective) et affirmer :
« Je prends contact avec l'ensemble des énergies et des vibrations de cette bague. »

3

Connexion à l'objet (prendre une photo)

Visualiser la bague (deux alliances fusionnées, métal, poids, charge affective) et affirmer :
« Je prends contact avec l'ensemble des énergies et des vibrations de cette bague. »



Deux méthodes, dans l'ordre

Étapes 4 et 5

MÉTHODE 1

Recherche sur le camembert

Pendule au centre du cercle.

Poser : « Dans quelle pièce se trouve la bague ? »

Le pendule s'oriente vers une des 4 parts. Noter la réponse.

MÉTHODE 2

Vérification par élimination

Pendule au-dessus de chaque part, ou question orale + convention OUI/NON.

Poser : « La bague est-elle dans le salon ? » etc.

Noter la réponse pour chaque pièce.

Les deux méthodes sont obligatoires, l'une après l'autre, le but : identifier la technique qui convient le mieux à chacune.



Partage collectif

Étape 6 + clôture de l'exercice

Recouplement

Les deux méthodes devraient converger vers la même pièce. En cas de divergence : revenir en groupe sur les causes de blocage.

Partage collectif (2–3 min)

- « Quelle méthode vous a semblé la plus fluide ? »
- « Les deux techniques ont-elles donné le même résultat ? »
- « Qui a eu une réponse claire et nette, qui a eu des hésitations ? »

5 min

Clôture de la session

Partie 4 sur 4

- ☐ Couper les énergies (protocole vu en formation)
- ☐ Geste de fermeture (épaule → hanche, croisé)
- ☐ Lavage des mains symbolique (jusqu'aux coudes, si à domicile)
- ☐ Annonce de la date de la prochaine masterclass



Merci d'être là !

Bon pendulage à toutes !



Anastasia Magni — Armoni Énergétic