

LES 5 PORTES

Volume 1 – Jeu de reconnexion pour couple

54 cartes rituelles pour se toucher, se dire
et se désirer à nouveau. Sans thérapie. Sans
écran. Juste vous deux.

© Sébastien Plique – Hypnose Sajece – MANA ORA
Missillac – SIRET 10032019100016
Création originale – Mai 2026 – Tous droits réservés

RÈGLES DU JEU

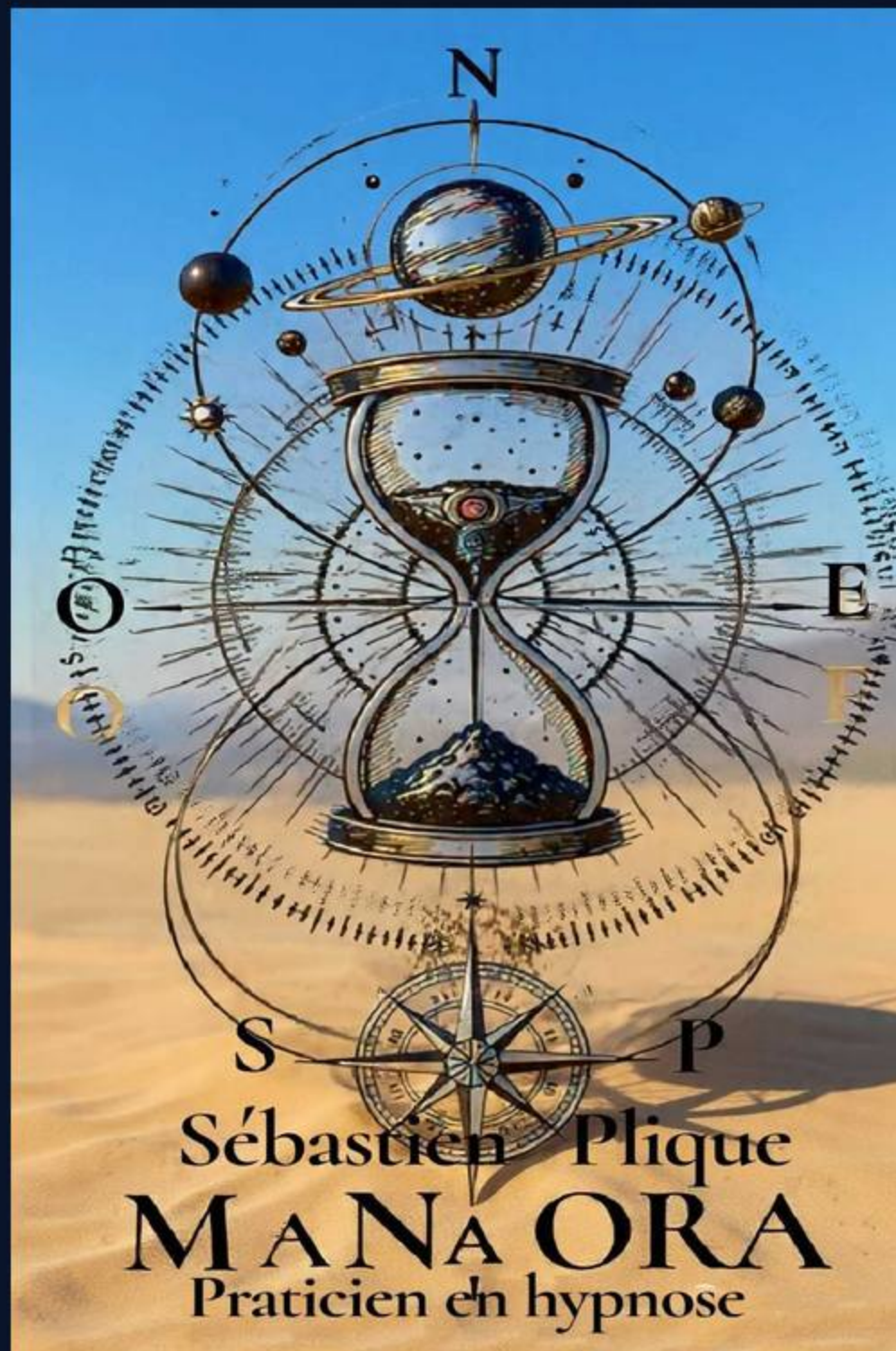
VOLUME 1 : LES 5 PORTES

1. Créez l'espace : 15 à 20 minutes, téléphones éteints, juste vous deux.
2. Mélangez. Chacun pioche 1 carte dans la même Porte.
3. Lisez à voix haute en vous regardant. Pas de lecture mentale.
4. Répondez vrai. Pas de débat, pas de défense, pas de conseil. On accueille.
5. Dites « merci ». Respirez 3 fois, main sur le cœur. On ferme le rituel.
6. Une carte par jour. Pas de rattrapage. Laissez infuser.

PORTE 1 - CORPS

toucher • désir • présence

Allonge-toi. Je pose ma main sur ton cœur. Respire. Qu'est-ce qui se détend ?

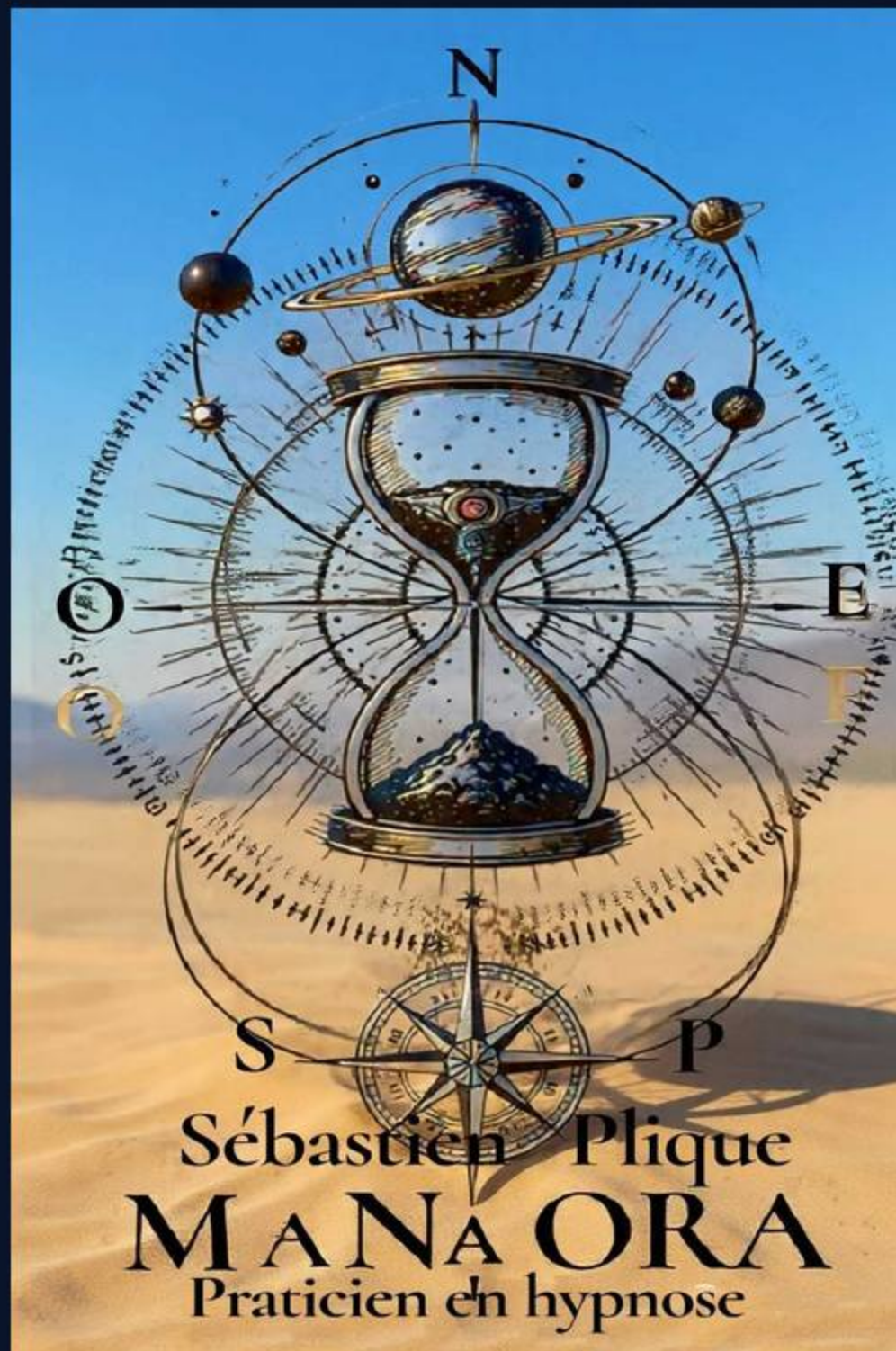


*Une main posée peut réparer
ce que mille phrases ont cassé.*

PORTE 1 - CORPS

toucher • désir • présence

Allonge-toi. Je pose ma main sur ton cœur. Respire. Qu'est-ce qui se détend ?

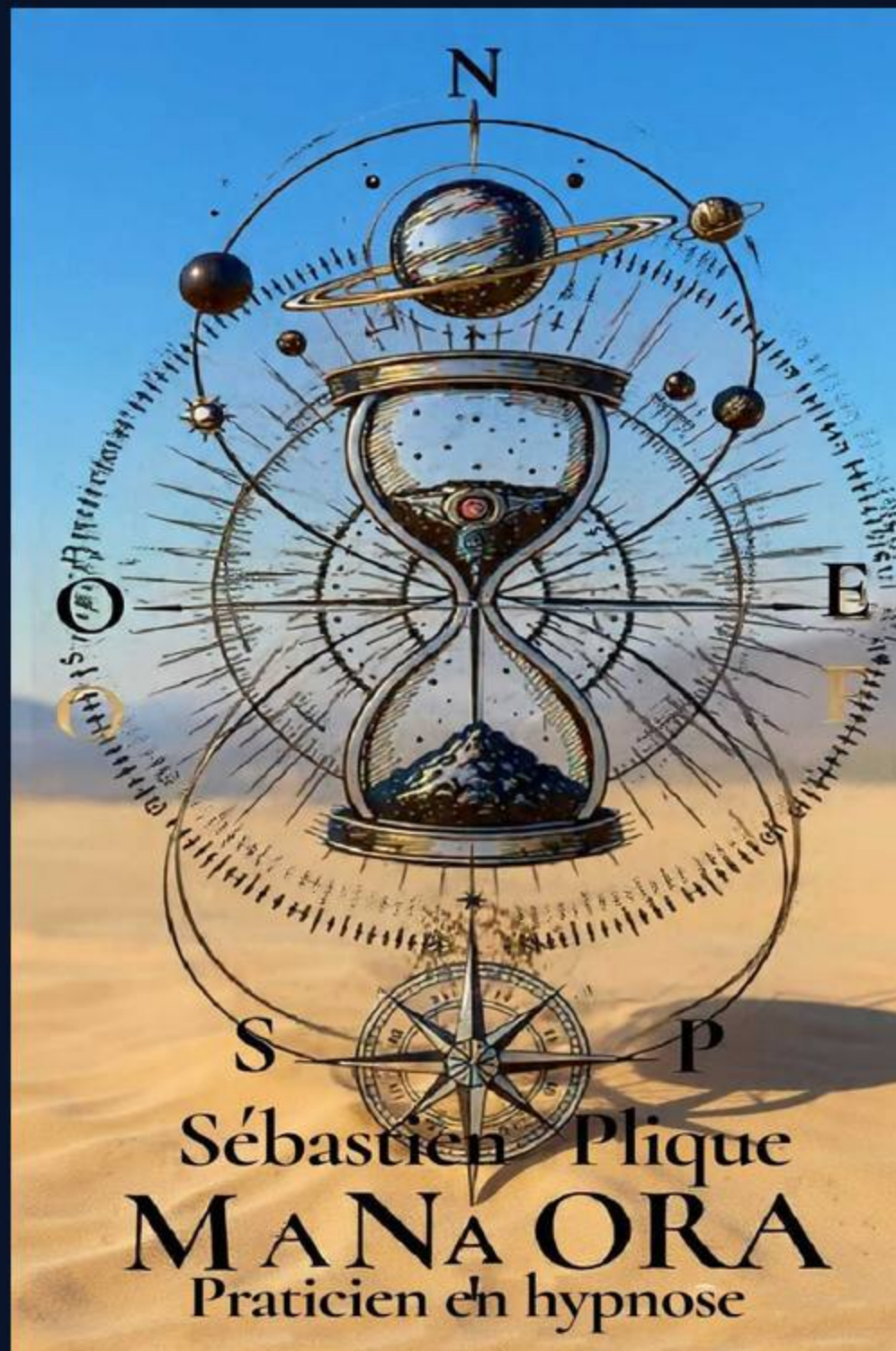


*Une main posée peut réparer
ce que mille phrases ont cassé.*

PORTE 1 - CORPS

toucher • désir • présence

Allonge-toi. Je pose ma main sur ton cœur. Respire. Qu'est-ce qui se détend ?

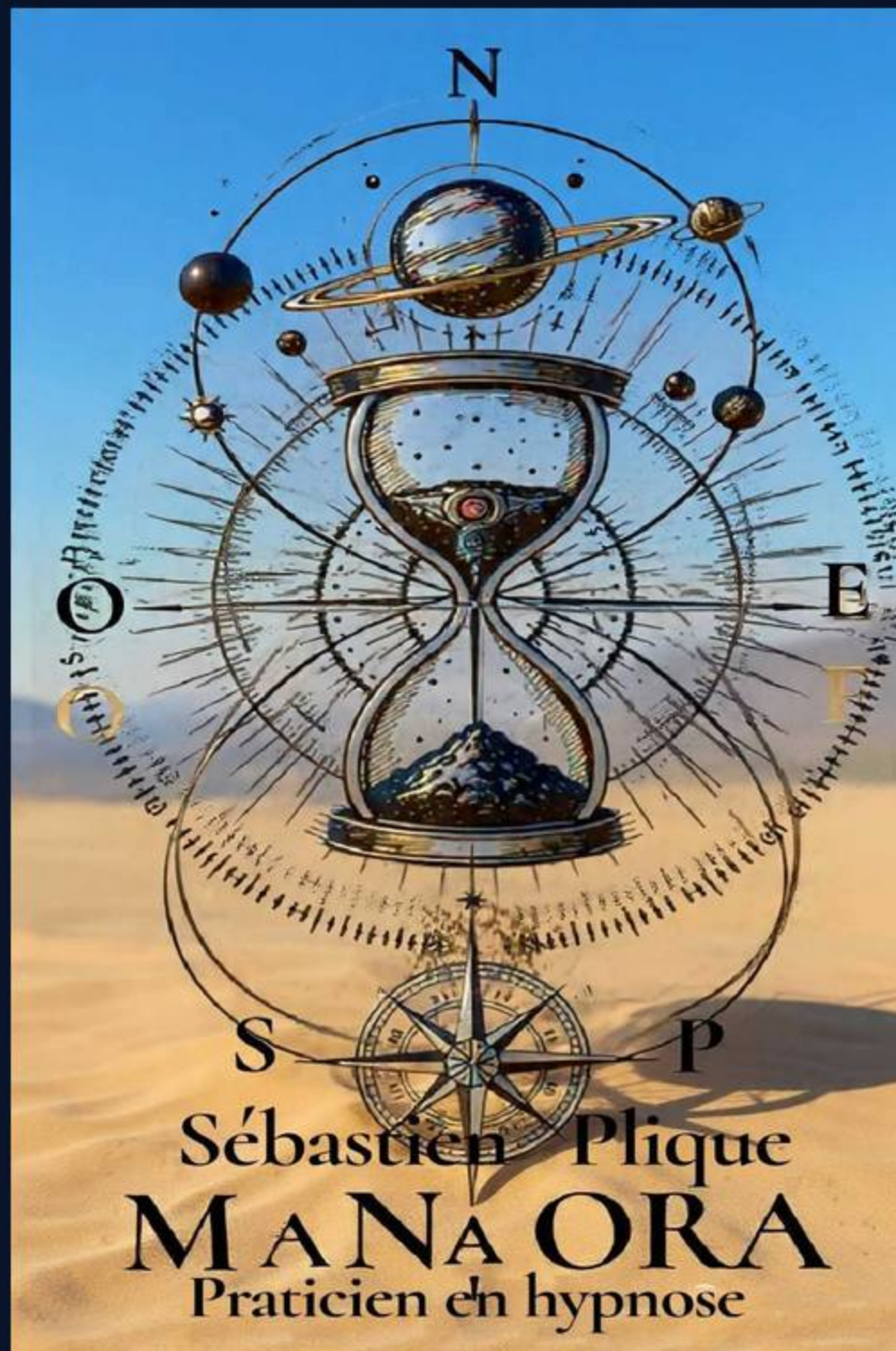


*Une main posée peut réparer
ce que mille phrases ont cassé.*

PORTE 1 - CORPS

toucher • désir • présence

Allonge-toi. Je pose ma main sur ton cœur. Respire. Qu'est-ce qui se détend ?

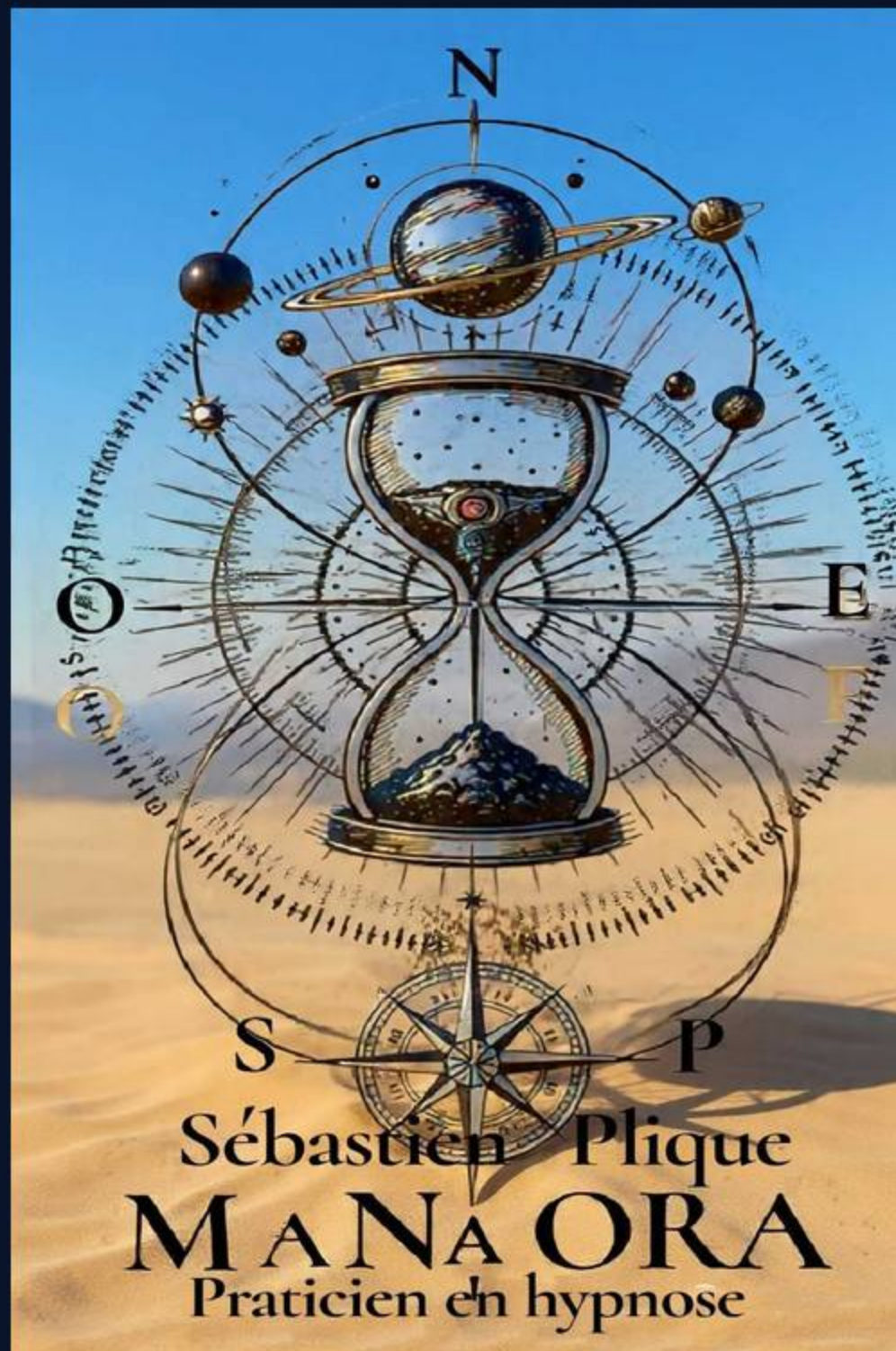


*Une main posée peut réparer
ce que mille phrases ont cassé.*

PORTE 1 - CORPS

toucher • désir • présence

Allonge-toi. Je pose ma main sur ton cœur. Respire. Qu'est-ce qui se détend ?



*Une main posée peut réparer
ce que mille phrases ont cassé.*