

SÉANCE 2

Les énergies Féminines & Masculines Sacrées



MES ENERGIES

Pour déployer votre pleine féminité vous DEVEZ accueillir le bon masculin et l'apprendre à l'utiliser pour l'équilibrer avec votre féminin.



Energie Féminine

Recevoir, Créativité, Douceur, l'accueil, l'écoute et l'attention à l'autre.
Sensualité, La sagesse, Compassion, Lien, Intuition, Souplesse, Lenteur, Emotivité, Porter par son flow, connectée à la lune, l'amour et la spiritualité.

Energie Masculine

Contrôle, Action, Force, Distance, Esprit critique, Indépendance, Logique, Performance, construction, structure, Vitesse, Mental, La protection, Le réconfort, Le mouvement, les inspirations (constructions, idées,...)La puissance.

Comment?

Comment?

*Lâcher prise, lâcher le contrôle, baisser les armes, soyez vulnérable. Ne contrôlez plus.

Soyez dans l'ÊTRE tout simplement.

*Méditez pour accueillir l'intuition

*Découvrez vos talents, vos dons et mettez les à profit des autres.

*Lire des livres inspirants

*S'exprimer en étant en accord avec son cœur.

*Osez ouvrir un espace sacré, comprendre la puissance des rituels

*Connectez-vous avec votre créativité, révélez vos talents, vos dons. (cuisinez, dansez,...)

*Pratiquez le Ying yoga ou kundalini

*Ecoutez votre intuition

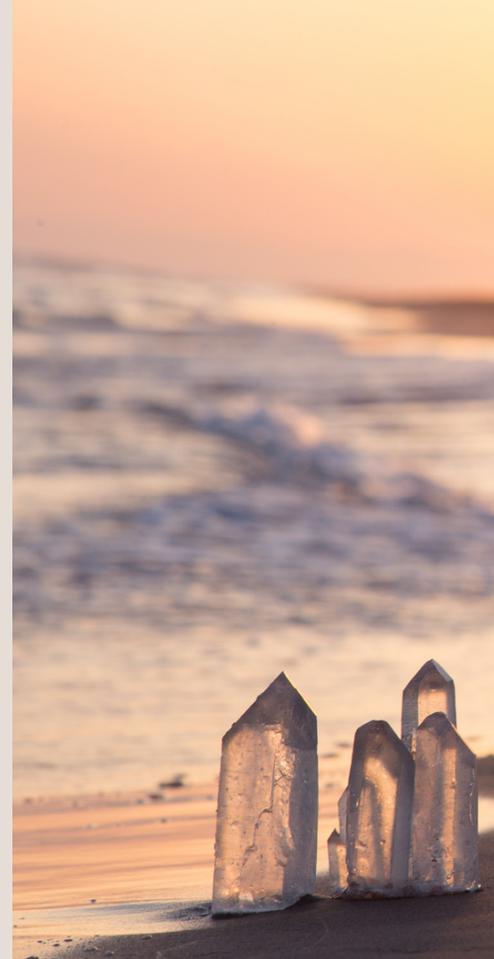
*Participez à des cercles de femmes, séminaires, retraites, des repas entre amies...

*Faites des choix de cœur

*Apprenez à connaître votre cycle féminin, Renouez avec votre corps et honorez le.

*Ne pas se comparer à l'homme, pas de compétition ni de rivalité

*Surtout laissez-vous du temps. Acceptez d'être là où vous en êtes et avancez à votre rythme.



Les homéopathe, les herboristes, les sages-femmes, les naturopathes sont-elles également des sorcières?



Les erreurs que l'on peut réaliser

1. Mauvaise association de la féminité
2. Croire que les choses ne peuvent pas changer
3. Vouloir que l'autre change
4. Ne rien mettre en place pour changer
5. Rester bloqué dans une seule identité (la mère...)
6. Pensez que la féminité et la superficialité vont ensemble
7. Ne pas demander d'aide, ne pas se faire coacher
8. Vouloir être égale à l'homme
9. Faire passer les autres avant soi

Exemples:

- * En s'aimant tout simplement
- * En ayant une sexualité authentique
- * développant notre créativité, notre état de Flow
- * En apprenant à recevoir et en faisant preuve d'ouverture
- * En ouvrant sont chakra cœur
- * En lâchant prise et en lâchant le contrôle
- * En étant vulnérable et dans la douceur
- * En étant dans l'être tout simplement
- * En écoutant votre intuition
- * En apprenant à écouter votre cycle féminin et en acceptant votre nature
- * En renouant avec votre corps et en l'honorant
- * En invoquant les Déesses dans nos vies

*« La féminité n'a rien avoir avec la tenue que l'on porte...
La féminité est l'énergie que l'on dégage! »*

Patricia Moon

J'harmonise mon Féminin Sacré:

Qu'est-ce pour toi la féminité?

Comment puis-je honorer davantage ma féminité?

Créer son mantra: Mantra à répéter toute la journée /toute la semaine pour vous connecter à votre féminin sacré

- Il commence par je: il est personnel et doit parler de soi
- Il est au présent, On le considère comme acquis pour qu'il soit.
- Il est positif: on oublie la négation, les « ne pas »

A force de le répéter, on trompe nos peurs, nos croyances jusqu'à les faire disparaître.

Exemple: Je suis douce, légère et souriante...

Ecoutez vos besoins et votre imagination

Le pendule interne: Tout est en nous.
Notre corps, notre esprit, notre âme,
savent ce qui est juste.

Connectons-nous à notre cœur
et à notre intuition



Prenez le temps de répondre à ses questions

Quand remarquez-vous que vous êtes davantage dans votre énergie masculine ? (au travail ? avec vos enfants ? avec votre conjoint ? ...)

Quand pensez-vous avoir besoin d'utiliser davantage de cette énergie yang, ferme, masculine, forte ? (peut-être avez-vous besoin de vous discipliner ?) de mieux vous structurer ?

Quand remarquez-vous que vous êtes davantage dans votre énergie féminine ? avec vos amies ? avec vos enfants - à certains moments ? Avec votre conjoint - à certains moments ?

Quand pensez-vous avoir besoin d'utiliser davantage de cette énergie yin, fluide, féminine, puissante ? (peut-être avez-vous besoin davantage de douceur lorsque vous répondez à votre conjoint, lorsque vous vous regardez dans un miroir, lorsque vous communiquez ... ?)

Stop au jugement

Qu'est-ce que votre diablesse intérieure vous a chuchoté ces derniers jours ? Soyez le plus honnête possible.

Quand et qui avez-vous jugé pour la dernière fois ?

Qu'est-ce que la peur du jugement vous a coûté jusque-là ?

Et si le jugement n'existait plus...

Comment agiriez-vous ?

Qu'allez-vous faire et vous dire pour vous sentir assez,

Peu importe les circonstances ?

Stop aux comparaisons

Qu'allez-vous pratiquer pour cesser de vous comparer ?

Le pardon

Que devez-vous vous pardonner pour vous libérer ? (Surement beaucoup de choses... mais commençons par les plus importantes de votre vie.

Qu'allez-vous choisir de percevoir, quel angle de vue allez-vous choisir pour ne plus vous critiquer et vous culpabiliser?

Stop de vouloir plaire aux autres

Qu'allez-vous faire pour vous remplir de l'intérieur ?

Pour devenir votre source principale d'amour ?

Qu'allez-vous pratiquer chaque jour pour faire briller un peu plus votre authenticité ?

Qu'allez-vous vous dire pour choisir l'amour face à la peur ?

Quel sera votre mantra ?

