

"Mon cycle et ses super pouvoirs"

4 - Visualisation guidée

La visualisation guidée pour se reconnecter avec les 4 facettes de mon féminin

Coupons-nous du mental et reions-nous au cœur.

Je te propose un voyage intérieur à la rencontre de tes archétypes féminins qui composent ton cycle, et donc qui tu es, toi aussi, dans ta complétude de femme.

Selon ta phase actuelle, visualiser ou être concentrée sera plus ou moins facile pour toi.
Bienveillance, bienveillance ;-)

Clique sur la vidéo sur cette plateforme et bon voyage à toi...



Puis après ton voyage intérieur, voici un exercice pour toi :

Remplis le document « Mes Guides Intérieures » et retranscris les messages que chacune de tes guides a eu pour toi.

MANTRA :

Je suis une femme « complète », entière et connectée