



*Au Cœur de son Être*

## Cursus sur 12 mois (janvier à décembre 2024)

### « Au Cœur de Soi »

Un parcours initiatique pour vivre une profonde transformation intérieure.



Ce cursus vous permettra de cheminer à la rencontre de vous-même en étant guidé par la sagesse de votre cœur, de faire grandir votre lumière intérieure et d'incarner pleinement qui vous êtes.

Nous vivrons une expérience unique, magique et transformatrice.

#### **Programme :**

##### **Janvier : Se connecter à son pouvoir créateur**

- ❖ Energie Yang, le père, le commencement
- ❖ Création de son tableau de Vision, laisser ses désirs profonds émergés et poser ses intentions pour l'année

##### **Février : Les polarités (Yin-Yang)**

- ❖ Energie Yin, la mère, l'équilibre
- ❖ Accepter la dualité, les polarités et accueillir ses énergies féminines et masculines

##### **Mars : Se reconnecter à sa joie (enfant intérieur)**

- ❖ Renouer avec son enfant intérieur, la joie, la créativité et sa capacité à s'émerveiller
- ❖ Atelier créatif



*Au Cœur de son Être*

## **Avril : Ancrage et fondations**

- ❖ Se reconnecter aux 4 éléments et à la nature
- ❖ Atelier en extérieur : initiation au chamanisme
- ❖ Travail personnel : valeurs et croyances (fondations)

## **Mai : Changement et expression de Soi**

- ❖ Accueillir le changement dans sa vie, laisser place aux mouvements et oser être
- ❖ Atelier : danse intuitive, libération des peurs et blocages, reconnecter à sa liberté d'être

## **Juin : Intuition et ouverture du coeur**

- ❖ Ouvrir son cœur, s'accepter pleinement et entièrement
- ❖ Développer son intuition

## **Juillet : Temple intérieur**

- ❖ S'ouvrir à sa propre sagesse intérieure, à son essence divine
- ❖ Atelier : plonger dans son intériorité (temple intérieur) et écriture intuitive
- ❖ Travail personnel : qui suis-je au-delà des apparences et des personnages ?

## **Août : Conscience et manifestation**

- ❖ Changer de paradigme, de regard sur la vie et prendre conscience de sa responsabilité (mes pensées créent ma réalité)
- ❖ S'ouvrir à l'abondance sous toutes ses formes
- ❖ Atelier : abondance, expansion de conscience et manifestation

## **Septembre : Inspiration et réalisation (Mission de Vie)**

- ❖ S'ouvrir à plus grand que soi, se laisser guider pour œuvrer dans la matière
- ❖ Se relier à son humanité profonde et authentique
- ❖ Atelier : Ikigai (raison d'être) et mission de vie, acceptation du plan divin



*Au Cœur de son Être*

## **Octobre : Renaissance**

- ❖ Le 10 contient le 1 (le commencement) et le zéro (l'œuf, qui contient tout un potentiel non encore révélé et nous relie au sacré)
- ❖ Atelier : renaissance, accueil d'un nouveau cycle

## **Novembre : Bilan**

- ❖ Atelier : faire le bilan de l'année écoulée
- ❖ Reprendre la vibration et le symbolisme des lettres que nous aurons vu tout au long de l'année pour découvrir son identité profonde et son chemin de vie

## **Décembre : Célébration**

- ❖ Prendre le temps de s'honorer, de célébrer et de clôturer cette année
- ❖ Nous déciderons ensemble de la meilleure manière de célébrer la fin de cette aventure



**« Seul on va plus vite, ensemble on va plus loin »**

*Proverbe africain*