



*Un nouveau
regard sur
son corps*

Eveil d'Ange

Marie-Thérèse Pelletier



Programme

Un nouveau regard
sur son corps

06 07 69 54 57

contact@eveildange.com

Nous avons tendance à regarder notre corps que sous certains aspects, comme sa silhouette, sa beauté, son poids, se sentir grand, petit, rond, maigre, relâché, pas assez musclé, etc.

Et nous sommes rarement satisfait de ce que nous voyons dans le miroir et nous nous jugeons.

Ce n'est pas sans conséquence ! Car quand je rejette une partie de mon corps, c'est comme si, je rejetais tout mon corps...

Notre corps est très intelligent, il a gardé en mémoire les mots, mais aussi les(maux), qui sont les souvenirs du passé traumatisants, les souffrances, certains abus, les régimes, l'héritage génétique, le stress, nos frustrations et tout est enregistré dans le corps émotionnel en lien direct avec notre corps physique.

Notre corps physique peut prendre des formes qui sont liées directement avec nos blessures de rejet, d'abandon, de trahison, d'injustice et d'humiliation.

Notre jugement sur notre corps à un impact considérable !

Notre corps est en souffrance, il ne demande qu'à se guérir et bien souvent c'est le contraire que l'on fait, et on devient notre propre ennemi.

Devenez ami avec votre corps en changeant de regard sur vous-même.

Dans ce programme :

- Cessez de vous faire du mal avec des pensées de jugement, qui conduisent au manque d'estime et de confiance en vous-même.
- Cessez de vous comparer aux autres, qui ne font que renforcer le rejet de qui vous êtes.
- Cessez les frustrations avec les régimes, qui ne font que renforcer vos frustrations.

Je vous accompagne à prendre conscience de tout ce que votre corps possède de merveilleux.

Oser être vous-même !

- S'accepter tel que l'on est pour s'aimer inconditionnellement
- Vibrer la paix en retrouvant l'harmonie avec son corps
- Acquérir une nouvelle vision du corps avec des prises de conscience
- Augmenter son énergie de vie
- Renforcer son estime de soi

Objectifs du programme

- Se réconcilier avec son corps pour vibrer l'unité
- Être à l'écoute de son corps et de ses besoins
- Se connaître au-delà des apparences
- Prendre sa place en habitant pleinement son corps
- Avoir un regard neuf et bienveillant envers soi-même
- Retrouver estime et confiance en soi

Déroulé du programme :

1. Un questionnaire à remplir de 36 questions

Avant de commencer ce programme, j'ai besoin de mieux comprendre qui vous êtes, vos attentes, le regard que vous avez sur votre corps et sur vous-même.

2. Un bilan personnalisé

À la suite de la lecture et l'étude de votre questionnaire j'aurai identifié vos blessures, vos traumatismes et vos croyances limitantes. Nous planifions un entretien d'une heure afin de déterminer votre programme. Au cours de cet entretien, un soin énergétique sera proposé afin de vous libérer certaines mémoires bloquantes du passé (parfois des mots qui vous ont humiliés sur votre corps, un traumatisme, des régimes... ou encore des croyances limitantes). Cela vous permet de débiter votre parcours plus sereinement avec des prises de conscience.

3. Programme de 6 semaines de transformations intérieures

Vous recevez un programme à suivre en toute autonomie.

Vous aurez des informations, des mantras, des rituels sur un thème précis avec une intention de vous accompagner dans des prises de conscience de ce qu'est votre corps pour chaque semaine.

Votre journal personnel vous permettra de suivre votre évolution grâce à vos nouvelles prises de conscience.

Cela ne demande pas plus de 30 minutes par jour et ne nécessite aucun investissement matériel.

La réussite de ce programme est basée sur votre engagement personnel !

4. Méditations tout au long du parcours

Une méditation en lien avec le thème de la semaine est proposée chaque semaine afin de vous accompagner dans vos libérations émotionnelles et vous permettant ainsi un meilleur ancrage au sein de votre corps.

5. Suivi intermédiaire

A la fin de la 3^{ème} semaine, un questionnaire vous sera transmis afin de mesurer votre avancée, sur votre parcours de transformation.

Vous avez aussi la possibilité de vous retrouver au sein d'un réseau d'échange de membres qui ont vécu ou vivent le même programme que vous. Cela vous permet de trouver du soutien, de la motivation dans un partage d'expériences et d'astuces.

6. Bilan final

A la fin du programme, c'est avec grande joie et satisfaction que l'on se retrouve pour faire un bilan de 1 heure sur votre nouveau regard sur votre corps.

Nous mesurons ensemble le chemin réalisé pendant ces 6 semaines, vos prises de conscience, les changements dans votre vie, l'impact sur votre estime et confiance en vous.

Vous repartez avec de nouvelles orientations ou actions en fonction de votre motivation à poursuivre ce parcours avec vous-même !

Le + de ce stage

Au-delà de la compréhension mentale, vous vivrez en direct dès lors du questionnaire des libérations de blessures émotionnelles, ainsi qu'à chaque méditations

- Votre regard sur votre corps et sur vous en général changera au fur et à mesure des semaines.
- Votre estime de vous-même sera augmentée.
- Vous gagnerez en confiance en vous.
- Vous vibrerez plus d'assurance en étant plus ancré, plus incarné.

La valeur ajoutée, je vous accompagne et je reste à votre écoute tout au long de ce programme.

INFOS PRATIQUES :

Durée 6 semaines

Tarif : 300 € TTC

Deux rendez-vous de 1h en visioconférence