

Etape 6

PRATIQUER L'ÉCOLOGIE INTÉRIEURE

chakra 3e œil

CAP VERS

La terre des chamanes

ma part visionnaire

Votre mission :

Voir la réalité sous un nouvel angle, avec votre intuition.

Éveiller son esprit !

Méditation cré-active 1

*Le paysage du chakra 3e œil
ma part chaman, visionnaire*

Le chemin vers l'espoir

Attributs du chakra et mudra associé

Méditation cré-active 3

Contacter l'esprit du loup

Sortir du piège victime/bourreau/sauveur

Réveiller ma nature instinctive

Méditation cré-active 2

Quel regard je porte sur moi et sur l'autre ?

Renouer avec l'image de soi pour s'épouser

Faire peau neuve et renaître à soi

Découvrir le lapis lazuli

Activités d'ancrage et de reliance à ma vision

