

ÉVEILLER L'ENFANT DIVIN EN SOI

Introspection pour éveiller l'enfant divin en soi avec la symbolique de Noël.



UNITÉ

Quelle place est-ce que je donne au pouvoir dans ma vie ? Suis-je souvent en train de me comparer ? Ai-je souvent besoin de me contrôler ou de contrôler mon environnement ? Ai-je confiance en la vie et comment est-ce que j'exprime ma joie de vie ? Suis-je capable de lâcher-prise et de savourer ce qui est, ainsi que l'essence des choses et de la vie ?



OUVERTURE

Est-ce que je laisse de la place au féminin, à l'ouverture, à l'accueil, à l'amour inconditionnel dans ma vie ? Suis-je capable de m'accueillir et de m'aimer tel que je suis sans vouloir me changer ? Suis-je sans arrêt occupé à faire des choses ou à me distraire ? Suis-je capable de rester tranquille un moment, sans agitation aucune ?



PURETÉ

Y a-t-il contamination entre mes pensées et émotions ou suis-je au clair avec ce que je pense et ressens ? Mes pensées sont-elles limpides et cohérentes ? Mon état émotionnel est-il apaisé, serein ? Mon corps est-il détendu ou bien se sent-il fatigué, écrasé, encrassé ?



SILENCE

Suis-je capable de m'extraire des distractions et des pensées négatives pour faire le vide en moi ? Est-ce que je m'autorise à traverser et à savourer le silence intérieur ? Quel temps de silence ai-je mis entre deux pensées ? Ai-je aimé mon ventre aujourd'hui, le temps d'une méditation ou d'un massage ? Ai-je honoré mon corps ?



NOURRITURES ESSENTIELLES

*Ai-je œuvré à me libérer de mes prisons intérieures ? Les ai-je seulement identifiées ?
De quoi me suis-je nourri aujourd'hui physiquement, émotionnellement, spirituellement ?*



SOUFFLE

*Ai-je conscience que mon souffle est lumière ? Ai-je pris le temps d'inspirer, d'aspirer, de respirer
aujourd'hui ? Ai-je conduit mon souffle jusqu'au ventre ?*



ÉNERGIE SEXUELLE

*Suis-je déséquilibré dans un sens ou dans l'autre ? Suis-je capable de diriger mon énergie sexuelle
comme je le décide ? Suis-je en paix avec ma sexualité ?*



ÉGO

*Quelle est ma relation avec mon mental, mon égo ? À quelles injonctions inconscientes ou
croyances ai-je l'habitude d'obéir ? Qui me commande ?*



VOLONTÉ

Quel est mon rapport à l'endurance, au courage, à la sobriété et à la générosité ? Est-ce que je reconnais et développe ma volonté ? Quelles sont les qualités dont je fais preuve pour dépasser les obstacles et m'affirmer ?



VERTUS

Ai-je levé aujourd'hui les yeux au ciel ? Les pensées qui me travaillent, les émotions qui me traversent ou les actions que j'engage sont-elles empreintes de sagesse, d'amour, de vérité, de justice et de bonté ? Ai-je identifié mon étoile ? Est-ce que je l'honore un peu tous les jours ?



ALIGNEMENT

Suis-je capable de reconnaître la lumière qui m'habite et la joie de la partager avec autrui ? Puis-je embrasser l'amour qui m'anime et l'offrir sans attentes ? Entends-je les prières qui viennent de mon cœur ? Est-ce que je respecte et prends vraiment soin de mon corps ? M'appartient-il et puis-je en faire ce que je veux ?



PROSTERNATION

Suis-je habité par l'orgueil et soumis à mon égo qui veut tout diriger et contrôler ? Ou bien suis-je capable de poser le genou à terre en signe d'allégeance ? Puis-je me défaire de qui je suis pour rencontrer l'inconnu et reconnaître sa magie ?
