

# LA QUÊTE DE L'ÂME-SOEUR... Alsace

La Maison Vision - 14-19 août 2006

Animation : Pierre LASSALLE

Synthèse et Partage

## Qu'ai-je gagné grâce à ce stage ?

Liberté, conscience, innocence, confiance, joie de vivre, goût de l'amusement, de la séduction, le courage, se dépasser, sécurité.

L'ouverture aux autres. M'accepter telle que je suis. Ne pas attendre l'amour de l'autre pour agir. Mieux me connaître. Apprendre à m'aimer et à m'accepter telle que je suis. Laisser tomber le masque et les faux-semblants et les croyances qui ne sont pas les miennes.

Trouver le calme, la concentration, l'attention sans tension (dessin méditation)



J'ai découvert la méditation. J'ai découvert que les relations sexuelles ne m'engagent pas pour la vie, j'ai simplifié mon rapport à la nudité. J'ai découvert le massage. J'ai pris le chemin d'une sérénité intérieure.

La confiance en moi, en mes aptitudes de séductrice et de femme sensuelle.

## Qu'ai-je envie de retenir des apports de cette « quête de l'âme-sœur » ?

La symbolique des choses, la correspondance avec le plan cosmique et spirituel, les différentes méditations actives, l'importance de savoir stimuler mes énergies.



Tout = Me créer un espace sacré chez moi. Le lâcher-prise à travers les méditations dynamiques. M'organiser pour prendre soin de moi, de mon corps. Avoir du temps pour moi, méditer.

Laisser place aux sensations.

Intégrer tout ce que j'ai appris à travers le stage.

Je vais laisser reposer d'abord, mais la plus forte des découvertes de cette semaine est la spiritualité.

La certitude que l'équilibre intérieur est indispensable à l'équilibre extérieur et que la lecture que les autres font de nous et de nos forces ne doit pas nous influencer sur notre quête intérieure.



## Quelle importance est-ce que je donne aujourd'hui à l'écoute de l'appel de mon âme et à la spiritualité dans ma vie ?

Une grande importance = car mon âme en étant en connection directe avec les grandes puissances spirituelles, me conduit vers ce qu'il y a de mieux pour moi à tous les niveaux, physique, spirituel, affectif, social et moral, il est donc de mon intérêt d'entendre et d'écouter son appel.



Une importance absolue prioritaire. C'est mon guide qui me permet d'être dans le senti, le lâcher-prise, l'intuition, l'innocence, d'Être.

C'est une place qui était vide et sans réponse jusqu'à présent. Il est apaisant d'avoir une issue et de pouvoir entreprendre ce voyage spirituel.

Mon étoile avant :



Mon étoile maintenant :



Créé le 20/08/06 18:02

La spiritualité a pris un sens nouveau. Il se détache bien de la religion sans se séparer du Divin, ni de ses œuvres. L'appel de mon âme est d'autant mieux entendu que j'ai pu prendre conscience qu'elle criait à l'intérieur et qu'il fallait que j'y entre.



### Sur quels points ai-je progressé ?

Sur la confiance, un peu la sécurité, la légèreté, la présence à moi-même, connexion intérieure.

Mon audace, ma prise de risque. La Simplicité. L'humilité. L'ouverture aux autres. Le non-jugement. La liberté d'Être. Le faire plaisir et échanger avec l'autre en étant présent, vrai.

J'ai progressé sur le point spirituel.

J'ai progressé en dessin ! Mon aptitude à la concentration s'est développée, mon mental est un peu moins vagabond.



### Suis-je devenu plus conscient(e) de l'importance de ma vie amoureuse et de la nécessité d'y être attentif ?

Non, la conscience de son importance était réellement présente avant ce stage, la nécessité d'y être attentif, un peu moins, mais je pense que m'étant reconnecté à moi-même, je vais être encore plus dans cette conscience, et maintenant j'ai tous les outils en mains.

Complètement. Je vais agir en conscience et avec détermination pour mériter la vie amoureuse que je veux et lui donner la priorité.

J'ai compris que ma vie amoureuse pourrait avoir un but. Il faut lui faire suffisamment de place pour la laisser décoller et rayonner.

Je suis devenue plus consciente de l'importance de la vie amoureuse dans un sens inattendu : c'est moi qui la décide, qui la crée, qui la gère, qui l'entretient, qui lui donne sens. De plus que ce n'est pas elle qui me donnera l'équilibre mais c'est l'inverse. Il faut donc que je sois attentive à l'amour que je veux vivre en l'entourant de mon attention créative et bienveillante.

### De quoi suis-je le plus fier dans les apprentissages que j'ai accomplis durant ce stage pour ma vie amoureuse ?

De tous les moyens dont on dispose, de tous ces rituels, pour sacraliser la vie amoureuse, de toutes ces préparations, qui mettent en relief la beauté, la joie, de bonheur, de vivre dans l'amour, vivre la vie amoureuse en conscience de soi et de l'autre.



Les dessins m'ont apporté calme et concentration. Avoir lâcher-prise pour méditer, et danser nue et me sentir bien, libre et libérée. Avoir osé en m'acceptant telle que je suis sans complexe, m'être laissée aller à me faire plaisir y compris en groupe.

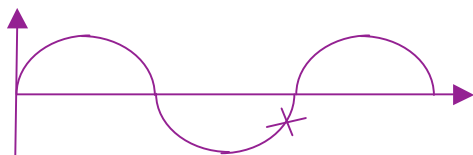
D'avoir effleuré et découvert la spiritualité.

Je suis fière d'avoir fait le point avec le vide affectif. En fait, j'ai trouvé un plein dans ce vide en apprenant le détachement et la liberté, le libre-arbitre de l'autre dans tous les plans ; physiques, géographiques, sexuel, intellectuel et spirituel.

## Où en suis-je de ma vie amoureuse ?

Je suis déjà amoureuse, amoureuse de l'amour que je ressens en moi, amoureuse de l'amour que je ressens autour de moi, et dans l'amour que je ressens déjà de mon âme-sœur, qui est très près, j'en suis sûre, je le sens qui m'attend en ce moment même.

Sur le chemin de la rencontre avec l'Âme-Sœur que je vais rencontrer très prochainement. Je vais poser les actions qui vont me permettre d'accomplir ce chemin très gratifiant pour moi, pour mon amour et celui de toutes les rencontres que je ferai sur ce chemin qui est le meilleur pour moi.



Ma vie amoureuse est actuellement à remplir physiquement mais durant ce stage, j'ai fait le plein



## Est-ce que j'ai modifié certaines de mes convictions ?

### Si oui, Lesquelles ?

Oui, ma perception de moi, je m'aime beaucoup plus. Ma perception des autres, et des hommes, de l'homme qui n'est plus un étranger pour moi, mais une partie de moi. Également ce qui

touche à ma féminité et à ma sensualité. Maintenant, je m'autorise à être féminine et sensuelle.

Oui, l'Âme-Sœur peut être partout, y compris là où je ne m'y attends pas. Elle n'est pas forcément unique et pour la vie. L'essentiel est que je vive un amour libérateur avec l'Âme-Sœur en étant présent à chacune de mes rencontres.

Concernant la spiritualité, tout est chamboulé et il me faut redécouvrir.

J'ai acquis la notion nouvelle ou du moins j'ai appris à accepter l'idée de non-identification et de non-fusion dans l'amour. Ma vie amoureuse sera vite remplie.



## Quelles sont aujourd'hui mes croyances par rapport à ma vie amoureuse ?

Je pense que la vie amoureuse est simple, pleine de richesses, gratifiante, que c'est le moteur de la vie, elle ouvre les cœurs et élève les âmes.

Il y a en moi la vision de la relation amoureuse que je veux et que j'ai le pouvoir de et la capacité de créer en toute humilité et honnêteté.

Que je peux la construire et la malaxer et qu'elle ne dépend pas de l'être aimé mais de moi-même.

Je crois que je suis née pour une vie amoureuse comblée et épanouissante et que j'ai trouvé le sentier qui y mène.

## Sur quels points vais-je m'engager en quittant ce groupe ?

A continuer d'ouvrir mes yeux et mon cœur, à mettre en place tous ces rituels qui sacralisent beaucoup de moments de vie, notamment en amour, mais finalement l'amour est partout.

A continuer d'éveiller mes sens.

A faire quelques-unes des méditations découvertes ici.

A vivre une vie amoureuse riche spirituellement dans les énergies et le plaisir.

Continuer à entretenir mon énergie vitale et sexuelle.

Je m'engage à continuer chaque jour le parcours d'intégration à travers la méditation jusqu'à ce que cela devienne une habitude de vie, à créer un espace personnel chez moi et organiser un espace-temps consacré à ma vie amoureuse.

Une prise de risque par semaine  
Penser à un espace de spiritualité dans mon lieu de vie et dans mon temps de vie.

Je m'engage à améliorer mon mode de vie, à favoriser les rencontres amicales et à faire de la place dans mon emploi du temps. Pratiquer la méditation le matin pour diminuer mon grand besoin de sommeil.



*Merci pour tous vos partages...*

*Quelle richesse !!!*

*Vivez avec passion !!!*

*et souvenez-vous...*

*« Il n'y a pas de réussite durable sans engagement durable... »*

