



## Atelier « Des racines aux ailes »



Un atelier pour aller à la rencontre de ce qui fait battre son cœur  
Visionner ce qui est à venir tout en laissant la place à la magie de la vie ...

Se lancer dans un projet qui fait battre son cœur est une véritable aventure qui commence toujours par une étincelle, une intuition et avec le temps elle se transformera en idée. Suivre cette idée mènera à vivre différentes étapes avant son éclosion :

### **Etape 1 : l'œuf**

C'est la réception d'une intuition. Vous avez eu accès à une connaissance qui émane de votre intériorité.

### **Etape 2 : de l'œuf naît une chenille.**

La chenille est le signe que vous avez décidé d'exprimer cette idée dans la matière. Tout comme cette chenille vous pouvez être amenés à vous nourrir activement en recherchant diverses infos, conseils, en expérimentant diverses choses pour commencer à dessiner les contours de votre projet.

### **Etape 3 : le cocon.**

Dans ce cocon la chenille va vivre d'importants changements physiologiques pour se transformer en papillon. Pour vous, cela va être un moment d'introspection où vous allez relier votre projet à qui vous êtes (talents, forces, ce qui vous anime) mais aussi à ce qui est important pour vous . Il sera également nécessaire de faire du vide en laissant mourir ce qui ne vous sert plus. Les racines, les fondations de votre projet vont apparaître.

### **Etape 4 : l'éclosion.**

A ce stade il est temps de déchirer le cocon afin de se préparer à prendre son envol puisque vous savez que votre projet vaut la peine d'y croire et de relever tous les défis. Le moment de prendre votre envol peut être intimidant car cela nécessite de sortir de l'ombre en partageant ce que vous êtes et votre projet avec le monde tout en continuant à construire votre projet jour après jour...

Ces 4 étapes ne sont que les préparatifs (essentiels) au voyage, l'aventure débute maintenant, vous voilà enclin à diffuser votre vibration, vos couleurs et vos messages dans le monde!

Si vous avez la sensation d'avoir de nombreuses idées et que vous ne savez laquelle choisir ou si vous vous reconnaissez dans l'une de ces étapes et qu'actuellement vous vous sentez bloqués, dans le brouillard j'ai imaginé une expérience créative où nous irons à la rencontre du projet qui fait battre votre cœur.

Ce temps partagé sera consacré à mettre en mots, en images, en mouvement ce qui demande à naître à travers vous selon les énergies du moment et nous ferons émerger ou renforcerons les racines et les fondations de ce projet, une étape essentielle pour déployer vos ailes et prendre votre envol.

Cet atelier est destiné aux personnes qui :

- ont le désir de sortir la tête du brouillard et retrouver de la clarté
- sont prêtes à donner la permission à leur cœur créatif de s'exprimer
- veulent expérimenter la magie du groupe
- sentent que c'est le moment de passer à l'action même si des obstacles, à des peurs parsèment leur chemin
- dont l'entourage ne les soutient pas, ne comprend pas leurs aspirations
- désirent présenter, challenger leur projet dans un espace de non jugement



Cet atelier ne convient pas aux personnes qui :

- souhaitent repartir avec un projet tout ficelé, un plan détaillé de A à Z
- croient que leur mental sait mieux que leur cœur
- dont l'objectif est de suivre une stratégie marketing
- ne sont pas disposées à goûter, à jouer avec leur énergie créatrice
- pensent qu'il est inutile de raccrocher leur histoire à ce qu'elles vont créer

---

Pour ce moment privilégié ce serait bien que vous puissiez vous installer confortablement dans un endroit calme et que vous ayez sous la main un carnet ou des feuilles, un stylo, de quoi mettre de la couleur (crayons, feutres, pastels...), des ciseaux et de quoi vous hydrater !

Hâte de découvrir vos élans de cœur !

# Delphine

**Créatrice, gardienne du feu créateur**

