Les plantes alliées des femmes pour nous accompagner au niveau physique, subtil et émotionnel – La femme sage

La femme sage est profondément connectée à la Terre et à la Nature. Elle est à l'écoute du message de la Terre & du monde végétal. Le corps de la Terre est inscrit en elle, dans ses cycles. Elle rêve et imagine les sagesses anciennes qu'elle tisse dans le monde d'aujourd'hui. Elle répond à cet intense désir viscéral qui l'appelle, de retourner à ses racines, à son corps & à la sagesse ancestrale de la Terre. Elle n'a pas de tolérance pour ce qui détruit la planète, ce qui va à l'encontre du Vivant. Elle est protectrice & guerrière à la fois. Mais elle sait aussi se laisser emporter par la douceur et la compassion. Elle n'a pas peur de pénétrer dans les forêts sombres et d' explorer ses parts d'ombre Elle sait aussi célébrer la joie et la vitalité présente dans le Vivant.

La Femme Sage est multiple et unique. Elle est et elle n'est pas. Chaque Femme Sage à son propre visage. Et elle sommeille en chacune de nous. A nous de la laisser s'exprimer à travers notre propre essence. A travers les dons & passions qui nous sont propres. Mais ce que toutes ces femmes sages ont en commun est la sagesse de la Terre et du Féminin profond qu'elles portent en elles.

Les plantes peuvent nous aider, je vous propose des séminaires et formations sur :

Les plantes alliées des femmes pour nous accompagner au niveau physique, subtil et émotionnel

Les plantes pour les troubles du féminin (règles douloureuses, spok, fibrome, symptômes pré-menstruels, pré-ménopausaux)

Les plantes pour les différentes étapes & initiations de sa vie de femme (jeune fille, femme, ménopause,...)

Aspects subtils & émotionnel du cycle

Le lien entre le cycle féminin & les cycles de la Terre

Armoise, Achillée, Alchémille, Rose, Agripaume, Framboisier….

De belles plantes alliées pour le Féminin, qui peuvent nous accompagner au niveau physique & émotionnel tout au long de notre vie de femme. Pour soulager nos symptômes & panser notre âme.

Mais leur utilisation est bien plus subtile que de simplement prendre de l'achillée ou de l'armoise pour nos règles douloureuses.

Elles ont chacune une action spécifique sur le corps & agissent différemment selon la constitution de chacune & ce qui se passe dans notre corps.

La compréhension physique & subtile de ce qui se passe en nous chaque mois est essentielle pour une utilisation holistique des plantes.

\*\*\* SE RECONNECTER A LA SAGESSE ANCESTRALE DU FEMININ A TRAVERS LES PLANTES, LE CORPS & LA TERRE\*\*

Les sorcières, les femmes sages. Ces femmes de pouvoir & de savoir qui connaissaient les mystères du Féminin & de la Nature.

Ces sagesses ont été "perdues" lorsque les sorcières ont été brûlées, mais aussi quand le savoir a été placé dans les mains de la science.

Ces savoir du peuple, de la femmes sage, sont tombés dans l'oubli.

Mais ils existent encore, ils ont survécus à travers nous.

Ils sont ancrés dans nos mémoires et dans nos corps. Notre connexion à la Nature & à ses rythmes naturels sont innés. Et ces savoirs sont accesibles à nous toutes.

Il suffit de se rappeler, d'être à l'écoute.

Et les plantes sont de belles messagères de ces mémoires oubliées.

En voyageant avec elles, en les observant, en les écoutant, en les préparant, les pratiques ancestrales des temps immémoriaux nous reviennent.

Pratiqué ensemble, le chemin des plantes nous rappelle à nous-même...

Le langage autour de la santé féminine est encore bien empreint de stigma négatifs: hystérectomie - héritée du temps où l'on voyait l'utérus comme la cause de l'hystérie féminine - mal lunée ...

Le language n'est pas innocent, il sert à renforcer des schémas culturels qui restent ancrés dans notre psyché.

Ne parlons pas du nombre de fois où des cas de fatigue chronique, de thyroïde, d'endométriose,... ne sont pas identifiés parce que "c'est dans votre tête", "c'est émotionnel",...

C'est pour cela que la connaissance de notre corps, de nos cycles sont importantes. Car il est temps de reprendre le pouvoir de notre santé entre nos mains.

De prendre soin de nous, et de laisser la Nature nous accompagner sur ce chemin.

Comment nous nourrir en profondeur, nourrir notre nature féminine avec les plantes; entrer en relation avec elles. Apprendre à les utiliser pour prendre soin de nous au niveau physique, émotionnel & subtil.

C'est ce que je vous propose lors du cycle Plantes & Féminin.

Nous explorerons les différentes influences intérieures & extérieures liées à la perception du Féminin qui impactent notre santé.Nous prendrons des temps de parole en cercle.Puis je partagerais avec vous les plantes pour se nourrir en profondeur, nourrir le yin & notre système nerveux, au niveau physique & émotionnel. Je partagerai également des recettes pour créer des préparations à base de plantes qui nourrissent notre féminin en profondeur.

Atelier du cycle « Plantes & Féminin »

Les plantes alliées du Féminin

Les plantes pour les différentes étapes de sa vie de femme Nous parlerons des différentes plantes & pratiques pour nous accompagner dans les différents cycles du Féminin (et les troubles qui peuvent y être associés) Les aspects subtils & émotionnels du cycle & les plantes qui peuvent nous accompagner Les plantes pour les transitions dans notre vie de femmes (adolescence – mère ou femme adulte – ménopause comme initiation vers l’incarnation de la Femme Sage Lien entre cycle Féminin & Cycles de la Terre; Rencontre expérientielle avec les plantes Cercle de partage ;

Je propose d’approfondir notre écoute de la sagesse de la Terre et du corps et être accompagnées par les plantes pour notre bien être physique et émotionnel.

Apprendre à prendre soin de soi au naturel et renouer avec la tradition ancestrale du savoir des Plantes. Approfondir notre lien à la Terre et à ses cycles naturels et comment ils sont reflétés dans nos rythmes féminins. Et recevoir la magie de ce qui se passe quand les femmes se rassemblent.

Un mélange entre travail intérieur d’exploration du féminin et enseignements pratiques pour l’ancrage dans la vie quotidienne.

Les rencontres alterneront cercles de parole, fabrication de produits naturels, enseignements théoriques autour de la santé au féminin et les plantes pour rétablir l’équilibre dans notre corps, pratiques de bien-être/soins à base de plantes entre nous, pratiques d’écoute des messages des plantes et de notre corps, s’aligner aux rythmes de la Terre...

La santé du féminin ne se limite pas à l'équilibre hormonal, où à trouver la plante miracle qui réglerait tous nos problèmes. Il s'agit d'une approche globale où nous apprenons à être à l'écoute de notre corps, de nos cycles, prendre soin de nous au niveau physique et émotionnel et à demander le soutien des autres lorsque l'on en a besoin. Et les plantes peuvent nous accompagner tout en douceur sur ce chemin.

Les troubles du Féminin, qui deviennent de plus en plus courants - règles douloureuses, syndromes pré-menstruels, symptômes pré-ménopausaux... - ont aussi une dimension collective. Ils sont intrinsèquement liés au fait d'essayer désespérément de faire rentrer notre nature cyclique dans un moule linéaire non adapté aux différentes phases de notre cycle et de notre vie de femmes, mais aussi à toutes les croyances culturelles négatives autour du corps et du pouvoir Féminin.