

# POURQUOI CONSULTER LE YI-KING ?

A travers ses 64 hexagrammes, ses 384 traits et ses 4096 mutations possibles il rend compte de manière très subtile de la configuration énergétique du moment et devient un outil précieux pour prendre des décisions ou se positionner dans toutes sortes de questions, qu'elles soient d'ordre ponctuel (profession, relations, voyages, etc...) ou du domaine plus vaste des choix de vie. Grâce à une description précise des processus dans lesquels nous sommes impliqués, le yi king permet une mise en accord au quotidien avec le monde qui nous entoure, et se révèle au fil du temps comme un guide remarquable pour l'évolution personnelle.

## Pourquoi consulter ?

### **Vous avez un projet spécifique ?**

Je mets mes techniques à votre service pour vous aider à définir une stratégie efficace, intensifier votre motivation et optimiser vos compétences. Je travaille également à améliorer et à développer votre condition physique et énergétique.

### **Vous devez surmonter une difficulté majeure ?**

Vous faites face à une difficulté majeure (deuil, rupture, perte d'emploi, etc.) et vous avez plus que jamais besoin de toutes vos ressources pour surmonter les difficultés et continuer à vivre.

Dans un premier temps, par des exercices de reprogrammation énergétique, je vous amène à prendre de la distance par rapport aux événements. Cette dissociation est nécessaire pour aborder la phase de ressourcement et définir une stratégie afin de surmonter au mieux l'adversité et de réorganiser votre vie en fonction des nouvelles données.

### **Vous avez besoin de changement ?**

Un état de malaise auquel vous étiez habitué et dont vous n'aviez pas vraiment conscience s'aggrave soudain pour devenir intenable, suite à un événement parfois fortuit, et vous avez soudain un impérieux besoin de changement. En un mot, vous êtes en crise, ce qui est en soi une bonne chose si vous ne vous éternisez pas dans cet état. Une crise est une occasion de grandir et de se développer à condition de l'aborder avec intelligence. Le virage peut faire peur, mais avec un bon accompagnement, il mène à la croissance.

### **Vous devez prendre une décision importante ?**

Vous devez prendre une décision importante et vous doutez ?

Il peut être alors bon de consulter la sagesse millénaire du Yi King.

Je vous propose dans ce cadre une consultation du Yi King personnalisée, qui vous permettra d'avoir une vision plus globale de la situation. Vous découvrirez vos points forts et vos faiblesses, ainsi que les racines de la situation ainsi que ses déroulements dans le futur. Grâce à ce nouvel éclairage, il vous sera ensuite plus facile de prendre les bonnes décisions.

## **Mon approche du Yi King**

### **L'objectif**

Le changement ou l'état désiré va être formulé comme un objectif à atteindre. Je vous accompagne pour vous aider à définir cet objectif afin qu'il corresponde parfaitement à ce que vous recherchez. Il est indispensable de vérifier que vous vous sentez parfaitement à l'aise avec votre objectif.

Un bon objectif doit préserver la personne et la faire avancer dans le sens de la construction et de l'épanouissement. Si certains changements peuvent bousculer et nous faire sortir de notre zone de confort, ils ne doivent en aucun cas avoir d'incidence négative sur notre vie ou notre environnement.

### **Les ressources**

Une fois l'objectif clairement formulé, j'oriente mon intervention sur la recherche des ressources nécessaires à sa réalisation. C'est en vous que vous allez puiser vos propres capacités à changer et à réaliser votre objectif. Je m'efface pour vous laisser trouver par vous-même vos solutions. Je ne suis pas là pour décider à la place du client ou lui dire quoi faire. Il n'y a pas de prise en charge des décisions.

Les ressources aident à vaincre les peurs, les résistances et les croyances limitantes ou erronées.

### **La reprogrammation**

Si l'on ne peut changer le monde, on peut tout du moins se changer soi-même et ainsi changer notre rapport au monde, ce qui finalement change le rapport du monde à notre égard.

Mon travail de coach consiste à démonter les comportements erronés en programmant de nouvelles connexions neurologiques qui créeront de nouveaux comportements adéquats et orientés vers la réalisation et le bonheur. Je vous accompagne pour aller à la découverte de vos ressources insoupçonnées, pour les optimiser, les renforcer et faire en sorte qu'elles soient accessibles à chaque fois que vous en aurez besoin et cela sans même y penser.

Une intervention en coaching donne naissance à une nouvelle personne habitée par une vision plus large et plus sereine et capable d'aborder différemment les difficultés de l'existence. La personne a grandi. Son rapport au monde est plus fluide, plus facile, plus libre, plus évident.

### **Le pouvoir**

Au fur et à mesure que vous avancez vers votre objectif, vous vous apercevez que des changements profonds opèrent en vous. Vous retrouvez votre pouvoir. Vous gagnez en présence, en authenticité, en profondeur. Vous êtes plus spontané, plus joyeux. Les obsessions appartiennent à une autre vie.

La satisfaction d'avoir atteint votre objectif renforce l'estime de soi. Un sentiment de fierté s'installe. Vous sortez de l'échec ou de l'insatisfaction, vous trouvez votre vraie

place en accord avec votre nature profonde et une nouvelle dynamique s'installe dans votre vie.

### **La sagesse**

Ma philosophie va dans le sens du développement positif. Il est important d'aider la personne à faire la différence entre les illusions qui conduisent à l'insatisfaction et les désirs légitimes et authentiques qui conduisent au bien-être. Vous apprendrez à mettre les valeurs dans le bon ordre, à changer votre regard sur les choses pour aborder la vie différemment.

Le bon sens et la sagesse sont mes guides. Aussi tout au long du processus, je veille à préserver le client et vérifie que les moments de turbulence lors de la sortie de la zone de confort ne s'éternisent pas. Je m'assure qu'ils sont aussitôt suivis aussi d'une amélioration observable.

### **La dimension spirituelle**

Notre dimension spirituelle oriente notre vie et définit nos valeurs. Elle représente ce que nous avons de plus élevé. Au cours de mon cheminement personnel et de ma pratique professionnelle, j'ai été amenée à développer des outils qui aident à replacer l'être dans sa dimension spirituelle et cosmique. La vraie guérison passe par une reconnaissance et une réintégration de cette dimension. Nous détacher de cette dimension induit des effets néfastes comme la maladie et le manque. Renouer avec cette dimension apporte la santé et l'abondance

.Lorsque la personne se replace dans quelque chose de plus grand qu'elle et renoue avec son origine cosmique, elle renoue en même temps avec le lien qui l'unit au reste de la création et il en résulte un plus grand équilibre et un regain d'énergie. Retrouver notre place dans l'univers nous permet de retrouver notre place dans notre quotidien et de nous fondre dans le flot de la vie. La connaissance de soi Il faut changer quelque chose à l'intérieur de soi si l'on veut réaliser un objectif que l'on n'a pas réussi à atteindre seul : des habitudes dont il faut se débarrasser, des résistances à surmonter, un pouvoir à retrouver. Bien que l'objectif soit toujours présent durant mes interventions, ce qui importe, c'est le cheminement. Le travail en coaching est un voyage à l'intérieur de soi, une découverte et une réappropriation de nos pouvoirs. Finalement l'objectif n'est plus qu'un prétexte pour changer et aller vers vous-même, dans le sens de l'ouverture et de l'épanouissement.