

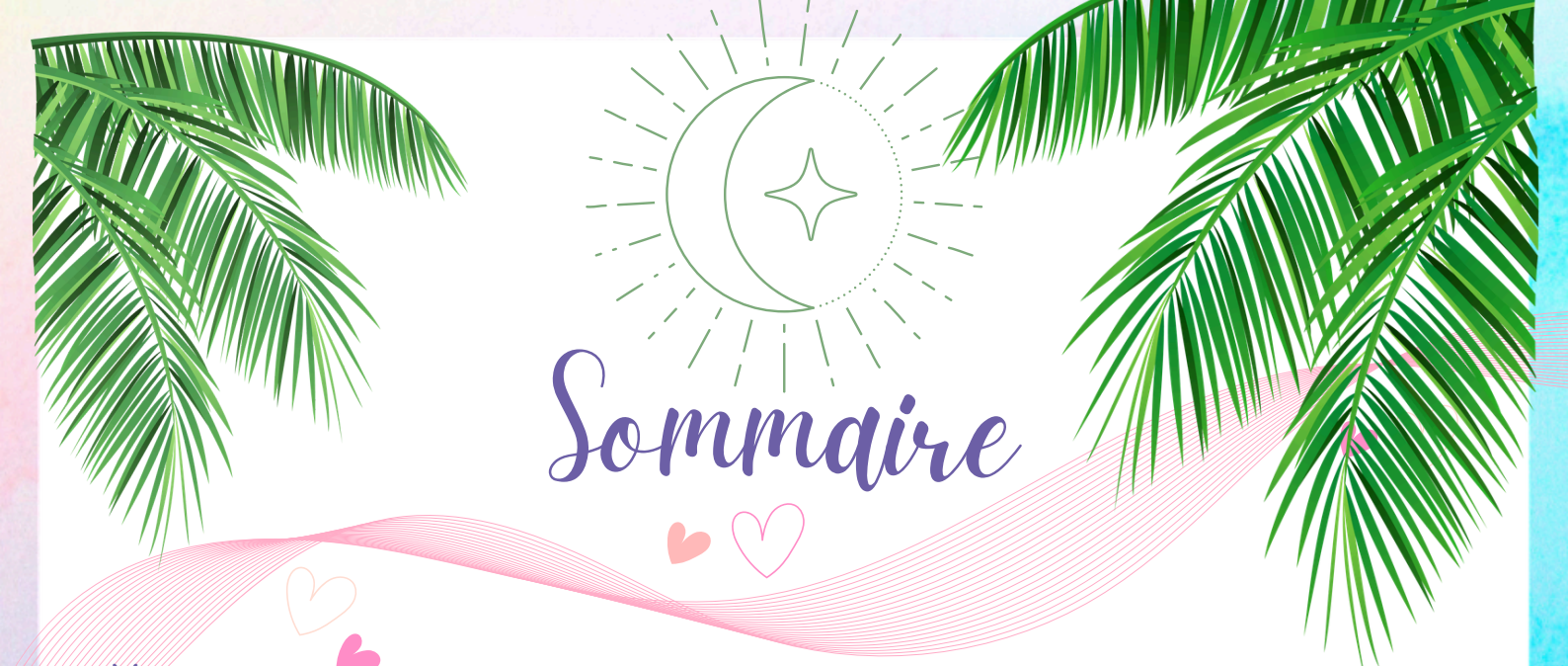
& CONNAISSANCE DE SOI

Conscience & CONNAISSANCE DE SOI

Conscience avec des Jeux

Mon cahier de Vacances 2026

Par Magali Eychenne



Sommaire

Mise en route.....	<u>4</u>
L'enjeu de la vie : être heureux ?.....	<u>5-6</u>
Se Retrouver Soi (en dessin).....	<u>7 - 8</u>
Mots mêlés.....	<u>9</u>
Le Dossier : Mieux se connaître avec le Design Humain : Les profils... ..	<u>10 - 19</u>
Le jeu des 9 différences.....	<u>20</u>
Révéler sa propre Puissance.....	<u>21</u>
Cherche & Compte.....	<u>22</u>
La conscience des plantes.....	<u>23</u>
Mots croisés : le bonheur.....	<u>24</u>
Mieux se connaître avec le Design Humain : sensibilité et centres.....	<u>25 - 28</u>
Cadeaux à imprimer et à partager.....	<u>29</u>
Solutions des jeux.....	<u>30</u>
Plume de Dragon	<u>31</u>



*Des apprentissages et des jeux pour
mieux se connaître de l'intérieur.
Un espace où l'agitation cesse
pour que l'essentiel devienne évident.
Vers une vie plus authentique et
connectée à sa puissance.*



www.plumedragon.com

Matériel protégé par droits d'auteurs



Mise en route

A l'été 2025, je vous ai partagé le premier Cahier de Vacances "Eveil & Intuition". Il a eu beaucoup de succès et j'ai eu beaucoup de joie à le créer. Voilà pourquoi : voici le numéro 2 !

Le thème a un peu changé mais la finalité est toujours la même :

Mieux se connaître et se comprendre de l'intérieur, pour que l'agitation mentale cesse, et que le chaos se transforme en une clarté profonde, porteuse de décisions simples et alignées.

Je vous partage des contenus et informations qui aident à grandir, tel le cadeau précieux que nous sommes, tous. Ces disciplines, récentes ou survenues depuis la nuit des temps, nous accompagnent dans des transformations intenses et une connaissance de soi plus profonde.

Ce cahier est l'occasion de vous transmettre quelques éclats brillants. En douceur, avec la joie de l'enfant qui tapote doucement l'eau claire dans un rayon de soleil.

**QUI SUIS-JE ?
OÙ VAIS-JE ?
DANS QUEL ÉTAT J'ÈRE ?**

Se connaître soi pour mieux se développer, avec joie, facilité et fluidité, c'est mon leitmotiv !

L'enjeu de la vie, quel est il ?
Si on était honnête et authentique, si nous étions complètement libérés des injonctions sociétales, familiales ou personnelles ...
Que répondrait on ?
Que pourrait-on répondre ?

Est ce que les buts à atteindre sont les mêmes pour chacun et chacune ?
Est ce que ce qui est précieux pour l'un est également précieux pour l'autre ?

Probablement pas !

Alors, nous pourrions répondre par un honnête : "ça dépend des gens !".

Il me semble que : savoir qui l'on est, pour décider où l'on va, aide bien !

L'enjeu de la vie : être heureux ?



Pour autant, être pleinement satisfait de notre vie, à tous niveaux, est rarement un état permanent.

Et ça n'est pas forcément censé l'être !

Parce que, lorsque nous sommes engagés dans un processus conscient d'observation de nos mécanismes intérieurs, il y a toujours des hauts et des bas, des moments de lâcher-prise et des moments où l'on est un peu sourd et aveugle.

Que signifie être heureux ? On peut le traduire par : "joyeux, comblé, plein de bonheur".

Alors comment définit-on le bonheur ?

Le bonheur est, au sens courant, un état émotionnel agréable, équilibré et durable dans lequel se trouve quelqu'un qui estime être parvenu à la satisfaction des aspirations et désirs qu'il juge importants.

Il me semble bien, oui, qu'une partie de l'enjeu de la vie se trouve là. Être parvenu à la satisfaction des aspirations et désirs que l'on juge importants.

La vie est un vaste champ d'expériences dans le but ... d'expérimenter.

Expérimenter pour comprendre, apprendre, grandir et partager. Observer pour lâcher et revenir à notre source. Encore une fois, selon la vie que nous avons eu avant d'arriver à l'âge adulte, la première des choses à faire est de : défaire tout ce que nous avons appris malgré nous et qui cache et trahit notre moi véritable.

L'enjeu de la vie :

retrouver notre **essence** !



L'enjeu de la vie : être heureux ?

Alors il ne s'agit pas de forcer la vie à nous offrir de l'or, de l'argent et une Ferrari...

à travers un travail acharné, des attentes inaténables, et beaucoup de contrôles.

Il s'agit d'arrêter de vivre contre sa nature profonde.

Il s'agit d'aller à la rencontre de soi-même avec humilité, douceur et patience. D'observer ses peurs

et les fonctionnements qui en découlent.

Être lucide, prêt à changer.



*Observer ses peurs
pour mieux comprendre
les mécanismes
qui en découlent
et mieux pouvoir
les contourner*

Observer les mécanismes qui nous font aller du côté obscur de la force, là où nos ombres sont révélées.

Comprendre que pour chaque "ombre" ou comportement réactif et inconscient, il y a son exact opposé : le don, le talent !

Nous sommes tous remplis de dons potentiels qui ne demandent qu'à émerger de nous.



Alors, peut-être que le bonheur se situe là : à l'intersection de l'émergence de nos dons, de la contribution qu'ils sont au monde et de cette gratitude qui émerge quand on se comprend enfin soi-même.

En chemin, en quête de cette libre expression de soi qui a le goût de liberté.

Là où les événements et la manière dont nous les vivons ne sont pas forcément toujours simples et fluides, mais ...

Là où, **notre conscience de nous-même, nous permet d'être véritablement acteurs de nos vies**, (plutôt que de subir nos propres réactions ...).

Acteur en réajustement constant, dans le but de rester toujours authentique. Et aussi récepteur, aligné à nos aspirations les plus hautes.

SE RETROUVER SOI

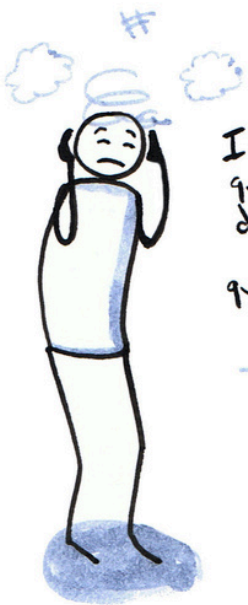
Ma lecture d'un processus intérieur version dessinée



observateur
d'une réalité
qui m'échappe!



Je ne sais pas
QUI je suis!?



Il y a ce
qu'on dit
de moi
et
que je crois
VRAI!

Les INJONCTIONS



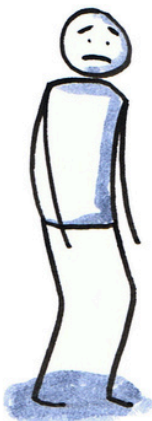
parentales,
sociétales,
familiales,
scolaires
qui m'agacent

MAIS que je suis QUAND
malgré moi MÊME

Les Traumas,
blessures
vécus ...



encore
trop présents!



Les contrats,
serments,
mémoires ...
que je porte,
qui me limitent
et que je ne
vois pas.

projection
jugements
mensonges
injonctions
traumas
blessures
serments
mémoires



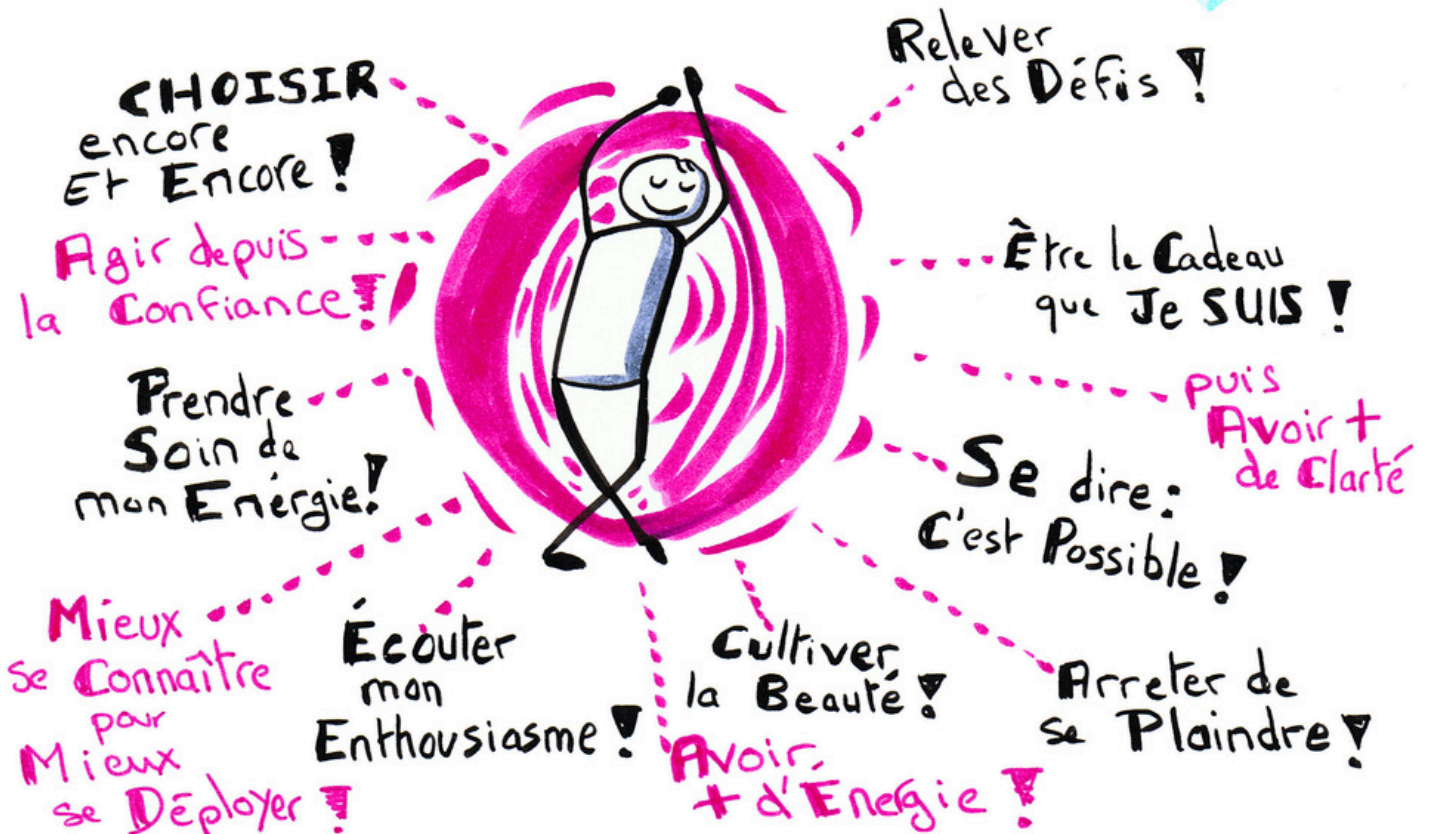
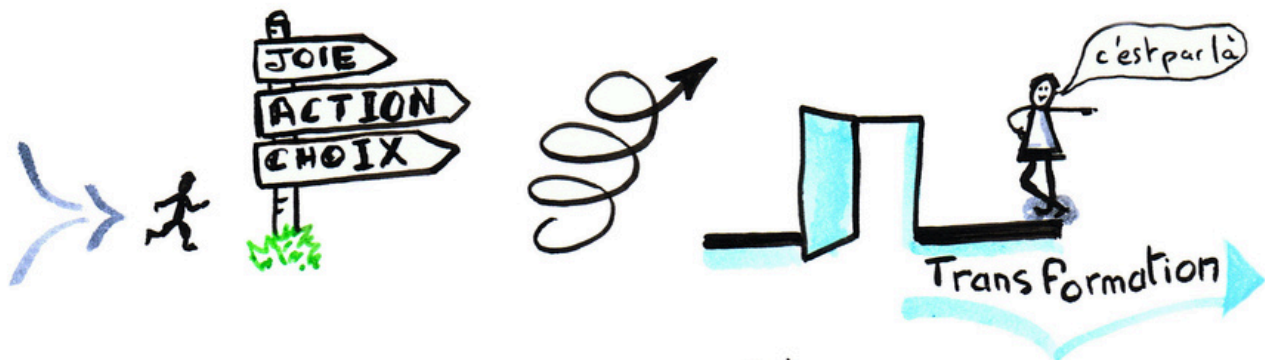
Autant
de choses
qui me
cachent
&
qui m'empêchent
de me
VOIR
vraiment.





TOUT Commence PAR L'Élan 
ou par un GROS "RAS LE BOL"

Une VRAIE prise de **CONSCIENCE**



Mots mêlés

Etre vraiment soi-même

M	I	A	Q	V	S	G	V	E	C	N	A	D	I	U	G	Ê	S	Y	W
D	N	G	Q	U	J	É	T	R	A	L	C	F	N	D	T	E	O	H	Q
É	F	I	C	H	O	I	S	I	R	C	K	P	D	R	N	M	Y	N	U
C	I	R	T	N	E	M	E	N	G	I	L	A	E	S	F	A	B	T	H
I	N	W	X	P	K	É	M	O	T	I	O	N	A	D	U	N	V	C	P
S	I	N	A	I	M	E	R	U	D	N	A	T	U	R	E	I	Q	A	N
I	Z	O	B	J	E	C	T	I	F	S	I	X	P	K	V	F	L	L	O
O	L	V	J	Y	I	L	K	Y	X	O	T	P	X	A	M	E	T	M	I
N	X	K	E	X	I	O	Z	Y	N	D	F	D	U	O	U	S	N	E	T
U	W	F	N	F	S	C	M	H	L	P	F	T	U	N	D	T	E	S	A
M	É	D	I	T	A	T	I	O	N	L	H	V	R	V	X	A	M	É	M
K	B	Y	E	R	T	N	E	C	U	E	E	G	R	S	S	T	E	R	R
R	U	V	O	C	V	P	O	I	N	M	A	I	O	Y	P	I	G	É	O
V	X	J	H	U	H	N	D	T	E	E	L	K	I	T	D	O	N	N	F
J	O	I	E	L	F	I	I	N	O	F	K	Y	P	J	C	N	A	I	S
E	I	V	T	I	T	C	T	S	S	T	H	L	H	G	E	Q	H	T	N
R	J	J	A	É	I	R	E	C	N	E	I	C	S	N	O	C	C	É	A
T	I	N	G	T	G	L	X	D	S	V	M	I	R	A	C	L	E	W	R
O	C	V	É	Z	S	X	A	B	O	N	D	A	N	C	E	O	U	E	T
E	R	U	S	S	E	C	N	E	D	I	V	É	R	I	O	V	U	O	P

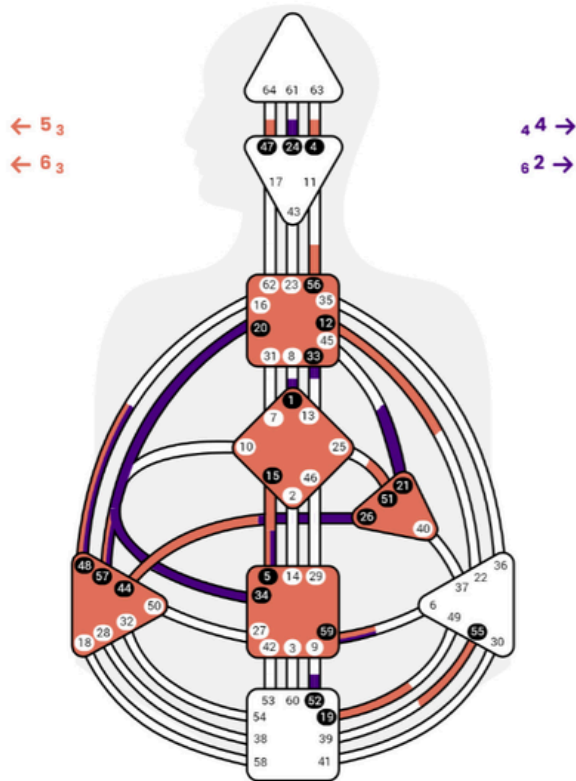
Abondance
Agir
Aimer
Alignement
Authenticité
Calme
Centre
Changement
Choisir
Clarté
Confiance
Conscience

Décision
Emotion
Être
Evidence
Fluidité
Guidance
Infini
Joie
Manifestation
Méditation
Miracle
Mouvement

Nature
Objectifs
Pouvoir
Sensation
Sérénité
Transformation
Véritable
Vie

Mieux se connaître avec le Design Humain

LES PROFILS



Nom - Prénom	Magali
Date de naissance	24/11/1977 @ 01:45
Lieu de naissance	Strasbourg, Grand Est, France
Type	Générateur Manifesteur
Profil	2 / 4
Stratégie	Répondre
Autorité intérieure	Sacral
Définition	Définition simple
Signature	Satisfaction
Thème du non-soi	Frustration
Stratégie de prise de décision	Répondre et faire confiance à son instinct
Croix d'incarnation	Croix d'Angle Droit du Phénix Endormi (34/20 59/55)
Digestion	Haute
Sens	Méditation
Sens du Design	Vision extérieure
Motivation	Besoin
Perspective	Possibilité
Environnement	Jeunes
Portes activées	33, 34, 44, 47, 48, 51, 52,
Canaux	57-34, 26-44, 15-5

Si vous ne connaissez pas encore le Design Humain. Je vous encourage vivement à vous y intéresser.

Le Design Humain, c'est une sorte de mode d'emploi pour mieux comprendre sa propre mécanique, notre énergie, notre rôle, le fonctionnement que l'on a avec les autres. Cela donne des outils pour se faciliter la vie et les prises de décisions. On en apprend plus sur nos schémas intérieurs, nos objectifs, notre chemin... le pourquoi du comment.

Vous pouvez calculer votre "[schéma corporel](#)" à [cette adresse](#), que je trouve très complète.

Vous aurez besoin de votre date de naissance ainsi que le lieu et l'heure.

Je ne vais pas détailler tous les nombreux aspects du Design Humain mais... Cet été, je vous propose de nous intéresser à une partie bien précise de votre schéma : **votre Profil**. Je l'ai encadré en orange sur la liste des caractéristiques de mon Design.

Le profil vient parler de la manière dont chacun d'entre nous évolue et contribue.

Bonne découverte !

Mieux se connaître avec le Design Humain

LES PROFILS

Il existe 6 Lignes de base qui correspondent à 6 archétypes.

Puis 12 profils. Un profil correspond à la combinaison de 2 lignes.

Sur les différents sites internet ou livres sur le Design Humain, vous leur trouverez peut-être des noms un peu différents, mais il s'agit toujours des 6 mêmes archétypes que voici.

	Archétypes
1	Investigateur
2	Ermite
3	Martyr
4	Oppportuniste
5	Hérétique
6	Rôle modèle

Les 6 Lignes

1 - L'investigateur

Son besoin fondamental est le suivant : des "fondations solides", de celles qu'il estime lui-même être solides.

Il ne sent pas facilement en sécurité, alors il a besoin d'aller au fond des choses, pour se rassurer (ou pas) par l'étendue de ses connaissances.

Sa confiance en lui et son estime de lui-même sont totalement liés à l'étendue de ce qu'il sait être vrai et sûr. Le savoir le rassure.

Tant qu'il n'en sait pas assez, il continue de chercher inlassablement, et ce, quelque que soit le sujet.

Tout décortiquer pour en comprendre le fonctionnement. Mentalement comme physiquement, il sera capable de démonter tout ce qui lui passe par la main pour comprendre et analyser. Il a souvent besoin de beaucoup de temps pour ses investigations.

Pour cette raison, il fait un peu figure d'éternel étudiant.

Il peut se sentir facilement imposteur, insatisfait ou vulnérable, s'il estime ne pas en savoir assez. Ou bien devenir autoritaire s'il estime en savoir suffisamment pour se justifier.



Mieux se connaître avec le Design Humain

LES PROFILS

2 - L'Ermite



L'ermite est celui qui a un don ou des dons naturels qui ne sont pas basés sur la connaissance. Ses dons surgissent dans la solitude et parfois aussi le silence.

Il a réellement besoin que l'on respecte sa zone de repli qui est aussi sa zone de création. Sans quoi il peut devenir virulent.

Il sait des choses, il a du talent ... pour le dessin par exemple... et n'en a pas toujours conscience. Ce sont les autres qui le lui font comprendre... souvent en venant le chercher justement pour cela. L'ermite est sélectif dans ses visites, ses sorties, ses projets. Il dit oui uniquement si ça « vibre ». Tout l'enjeu est de ne pas se faire piéger, en ne sortant jamais de sa grotte, pour créer inlassablement ou simplement pour s'y cacher.

3 - Le Martyr

Le Martyr c'est celui qui expérimente tout le temps. Le monde est pour lui comme un laboratoire géant. Son mode d'apprentissage passe par l'expérience. Il veut souvent (toujours ?) tout tester ! Puis ça ne marche pas comme prévu, et il recommence ! Son naturel optimiste aide beaucoup. A force d'échecs, il peut lui arriver de se victimiser et de trouver qu'il n'a vraiment pas de chance. Mais en vrai, comme c'est de cette façon qu'il apprend, il a tout en lui pour assumer les échecs, qui n'en sont pas vraiment. Et ça, il a besoin de le comprendre ! Se tromper, c'est OK ! No stress ! Pas de honte ! Il en aura aussi besoin pour passer outre cette (mauvaise) attitude qui consiste à tout contrôler ou à carrément tout laisser tomber. Puis par la suite, il se rendra compte que sa stratégie et son autorité (en design humain) sont bien utiles pour reconnaître le bon chemin et que, non vraiment, il n'est pas obligé de tout tester (ou en tous les cas, pas forcément dans une seule vie).

Mieux se connaître avec le Design Humain

LES PROFILS

4 - L'Opportuniste

L'Opportuniste est facilement fraternel. L'authenticité est son maître mot ! 100% vrai.

Il a grand besoin d'un cercle d'amis proches sur qui il peut compter.

Il est volontiers fort généreux. Mais s'il se sent rejeté, pas entendu ou non accueilli, il peut se refermer comme une huître et s'y enfermer en attendant une validation.

Il a besoin de s'exprimer et de partager sa vision du monde aux autres. Et c'est pour cette raison d'ailleurs qu'on l'appelle Opportuniste. En effet, on dit que ses opportunités d'évolution et de réussite sont liées à son réseau proche.

C'est en groupe restreint qu'il se sentira le plus à l'aise. Il leur partagera ce qu'il a appris et ce qu'il a compris de ses expériences.

Il peut parfois être rigide et trop vouloir convaincre.



5 - L'Hérétique

L'Hérétique, contrairement à l'Opportuniste, est capable d'influencer et d'impacter le monde à plus grande échelle.

Il a toutes les capacités pour apporter au monde des solutions différentes, pratiques et innovantes, voire même plutôt universelles.

Avec cette tendance qu'il a à vouloir apporter des solutions, il peut, malgré lui, être vu comme un sauveur. D'autant qu'il a un petit côté séducteur.

Pourtant, clairement, sauver le monde n'est pas son rôle. Il a grandement besoin de savoir poser un cadre clair avec des limites nettes. Puis de clairement exprimer ses besoins et ses intentions.

Il est invité à prendre appui sur sa stratégie et son autorité, en design humain, pour se guider vers les bonnes personnes. Notamment celles qui n'abuseront pas de sa confiance pour, au passage, salir sa réputation.

En effet, le piège est de se tromper de projet et de personne à aider et de faire des promesses qu'il ne pourrait pas tenir.

Mieux se connaître avec le Design Humain

LES PROFILS

6 - Le Rôle Modèle

Le rôle Modèle a un parcours un peu à part. Sa vie se divise en 3 phases distinctes.

Avant 30 ans, il fonctionne comme le Martyr de la ligne 3.

Entre 30 et 50 ans, il change. Il peut arriver qu'il loupe le coche et continue avec le fonctionnement du Martyr.

Sinon, il aura tendance à prendre du recul sur sa vie et à se retirer du monde.

Cette période est l'opportunité pour lui permettre de guérir et d'observer.

Il a un œil plus mature sur ses traumas et son histoire.

Il comprend et en tire les leçons à tirer. Son rythme de vie et son environnement sont alors plus paisibles, plus posés.

Il s'investit bien moins énergiquement parlant.

Après 50 ans, une nouvelle évolution pointe son nez. Il se réinsère dans le monde pour incarner pleinement le modèle de sagesse qu'il est devenu et partager les fruits de ses découvertes. Il devient un peu l'exemple vivant.

Le rôle Modèle est la dernière version de l'évolution de l'Homme, c'est un visionnaire, comme s'il savait à l'avance !

Les pièges : être trop perfectionniste ou pessimistes. En gros, ne pas voir les choses telles qu'elles sont vraiment.



Mieux se connaître avec le Design Humain

LES PROFILS

Une fois que nous avons énuméré les 6 grandes LIGNES, on peut aller observer les 12 PROFILS qui en découlent.

Les 12 profils sont répartis en 3 grandes familles de postures :

- personnels,
- trans-personnels,
- destin fixe.

Les personnels : les profils 1/3 · 1/4 · 2/4 · 2/5 · 3/5 · 3/6 · 4/6

Ces profils sont concentrés sur leurs propres évolutions, autour de leurs centres d'intérêts, leurs expériences personnelles et leurs propres transformations. C'est par ce chemin là qu'ils rendent service au reste du monde, en partageant le fruit de leurs évolutions.

Les trans-personnels : les profils 5/1 · 5/2 · 6/2 · 6/3

Tournés naturellement vers les autres qu'ils soutiennent volontiers, leurs buts se dessinent dans l'aide, l'entraide, l'enseignement et un certain modèle de sagesse. Ils se réalisent à travers leurs interactions avec les autres.

Le destin fixe : 4/1

Profil unique en son genre. Il n'est ni personnel ni trans-personnel, il est le pont entre les 2. Il les rassemble. Sa trajectoire de vie est bien plus stable et cohérente que les autres. Il est essentiel pour lui de rester fidèle à lui-même.

LES PROFILS

Le Profil n'est pas une étiquette, il ne décide pas à ta place. Il s'agit d'une posture, d'un fonctionnement. Il oriente.

Le profil 1/3 : Investigateur/ Martyr

Le 1 a besoin de tout connaître, tout étudier pour se rassurer tandis que le 3 cherche à tout expérimenter. Il utilise le principe du : je fais /ça fonctionne ou pas / dans tous les cas, j'apprends !!

Vous l'aurez compris, le profil 1/3 apprend à travers ces expériences, toutes ces expériences. Entre ses connaissances solides, ces expériences et son scepticisme naturel, c'est l'expert qui transmet son savoir. Ses 2 lignes fonctionnent bien différemment, trouver l'équilibre devient son moteur et une recherche quasi permanente.

Mieux se connaître avec le Design Humain

LES PROFILS

Le profil 1/4 : Investigateur/ Opportuniste

Il enquête et acquiert une profondeur de connaissances (1) puis partage avec son réseau proche (4). Il allie les connaissances factuelles et la foi en ce qu'il croit. Une personne ressource.

Ses relations lui permettent également de trouver les opportunités.

L'harmonie est facilitée en choisissant de prendre des moments seuls pour mûrir les apprentissages avant de les transmettre. Attention à l'autoritarisme.

Le profil 2/4 : Ermite/ Opportuniste

Les lignes 2 et 4 amènent des visions très différentes. Ce profil peut se sentir réellement inconfortable entre son besoin de solitude et son besoin de vie sociale avec ses proches. La personne peut avoir un côté réservé et en même temps attirer les autres par ses dons naturels. Dans son processus de recherche d'équilibre, il est important pour elle de se créer un environnement calme et sûr. C'est en respectant sa dualité qu'elle se sentira sereine et bien dans ses baskets.

Le profil 2/5 : Ermite/ Hérétique

Comme le précédent profil, l'Ermite/ Hérétique peut se sentir tiraillé, ici, entre un fort besoin d'intimité et une attirance pour les choses publiques. Il attire malgré lui les personnes qui voient en lui celui qui va solutionner leurs problèmes. Les personnes de son réseau viendront à lui à la fois pour ses talents naturels et pour ses solutions innovantes. En s'imaginant qu'il peut tout solutionner, lui attribuant des qualités qu'il peut avoir ou non.

Il aura vraiment besoin d'apprendre à dire « non » aux demandes et projets qui ne résonnent pas et ne lui disent rien (qui ne sont pas alignées). Notamment parce qu'il a besoin de ses moments de solitude pour se recentrer sur son énergie. Et aussi parce qu'il n'y a que comme ça qu'il pourra offrir une valeur pratique sans perdre son naturel (et sa réputation).

Mieux se connaître avec le Design Humain

LES PROFILS

Le profil 3/5 : Martyr/ Hérétique

Le 3 fonctionne par essais/ erreurs, il teste et apprend de ses échecs. Le 5 apporte des solutions universelles. Dû aux projections que les autres font sur lui, il peut être perçu comme un sauveur. A tort ou à raison.

Il est pragmatique. Son fonctionnement est d'apporter des solutions aux autres grâce à ce qu'il a appris de ses multiples expérimentations. Il est activateur de changement et sa résilience est ce qui lui permet de poursuivre malgré tout. L'enjeu, ici, est d'accepter sa nature « expérimentatrice » et le fait que les gens soient potentiellement déçus suite aux projections qu'ils font sur lui.

Il doit être à l'écoute de son Autorité en Design Humain, qui lui sert de boussole, pour prendre les bonnes décisions.

Le profil 3/6 : Martyr/ Rôle Modèle

Avant 30 ans, la première partie de sa vie, il peut avoir l'impression que tout bouge et change tout le temps, les relations, les projets... il doit tout tester. Ça peut être ressenti comme chaotique et lui donner une vision pessimiste et négative de sa vie.

Ce profil doit comprendre qu'il est conçu comme cela et qu'il a les épaules pour le vivre !

Puis, avec le temps, après la trentaine, son corps l'amène à se poser, à prendre du recul, même si peut-être l'esprit peine à ralentir. Il apprend à faire des choix éclairés tout en se préservant des moments de calme... pour mieux, revenir et déployer sa grande sagesse à partager au plus grand nombre.

Le profil 4/6 : Opportuniste/ Rôle Modèle

Les relations sont vraiment au centre des préoccupations de ce profil. Un besoin de connecter avec les gens et partager des valeurs communes avec authenticité. Parfois en cherchant à influencer ou convaincre.

Surtout jusqu'à 30 ans, la ligne 6 l'amène à expérimenter avec ces relations, à vivre des aventures, tester, se planter, recommencer. Fatigue et pessimisme peuvent être présents.

A un moment, il décide de se « mettre au vert », de se retirer pour mieux guérir et se transformer. C'est important pour son équilibre intérieur que les gens de son entourage proche soient prêts à accueillir son évolution. A partir de la cinquantaine, il déploie et partage sa sagesse acquise et murie au fil du temps.

Mieux se connaître avec le Design Humain

LES PROFILS

Profil 4/1 : Opportuniste/ Investigateur

Ce profil se connaît bien ! Il n'a pas besoin d'expérimenter pour savoir qui il est et comment sont les autres. Il a sa perception propre du bien et du mal. Sa foi, ses croyances sont basées sur ses recherches. Il a en effet besoin de faire des recherches approfondies pour s'assurer de solides fondations. Il cherche à vivre en accord avec sa propre vérité et partager en toute authenticité avec une communauté auprès de qui il se sent en sécurité. Il a une personnalité qui ne passe pas inaperçue. Ses convictions sont presque inébranlables. Alors, il peut sembler rigide tellement il est certain de ce qu'il sait.

Profil 5/1 : Hérétique/ Investigateur

Ce profil est pragmatique et aime profondément soutenir les autres dans leur évolution en leur apportant des solutions tirées de ses nombreuses recherches. Il passe énormément de temps à étudier, sans avoir toujours conscience.

Il n'a pas besoin de connaître intimement les gens. Partager simplement ses perspectives, ses conclusions et ses idées le nourrit véritablement.

D'ailleurs, les gens qu'il ne connaît pas viennent à lui en s'imaginant qu'il peut solutionner leurs problèmes, à tort ou à raison.

Il a un côté séducteur, qu'il en soit conscient ou non. Il n'a absolument pas peur d'aller à contre sens des croyances du moment. Parfois il peut sentir comme une certaine pression à dire ou faire autre chose que ce qu'il perçoit comme vrai.

C'est essentiel pour lui de réserver son aide et ses actions pour des projets qui résonnent vraiment.

Profil 5/2 : Hérétique/ Ermite

Les gens viennent à lui à la fois pour les solutions qu'il apporte et pour ses dons naturels.

Il a une profonde intuition pour savoir quoi dire et quand. Comme s'il devinait les choses, les bonnes réponses, le bon timing en temps réel. Il voit au-delà de ce que perçoivent les autres, et ça peut surprendre par sa pertinence et sa justesse.

Malgré cela, il est essentiel pour lui de comprendre son besoin de solitude et de silence nécessaire à son équilibre. Il se doit de préserver son énergie en choisissant les projets et demandes qui résonnent (le bon sujet, la bonne personne, le bon moment).

Mieux se connaître avec le Design Humain

LES PROFILS

Profil 6/2 : Rôle Modèle/ Ermite

Ce profil vit les 3 phases de sa ligne 6 en conscience.

Les 30 premières années de ta vie peuvent avoir l'air chaotiques, avec ce besoin de tester les directions, les relations, les engagements, se tromper puis recommencer inlassablement. Pourtant, vers 35 ans, il y a comme cette question qui revient : la personne se demande ce qu'elle est devenue après tous ces changements. Il peut y avoir comme une sensation de ras le bol avec envie de se poser. La ligne 2 présente dans le profil en est ravie ! Plus trop envie de voir des gens, c'est parfait, elle a tellement besoin de solitude !

Vers 50 ans, après une plus ou moins longue phase de retrait, les perspectives se précisent, les blessures prennent moins de place. La vie est plus légère. La personne prend sa place de modèle de sagesse pour les autres avec tout son authenticité et ses talents naturels.



Profil 6/3 : Rôle Modèle/ Martyr

Comme le profil précédent, ce profil vit les 3 phases de sa ligne 6 en conscience.

Ce profil n'est pas venue sur terre pour s'enfermer. Il a besoin de mouvement, de rencontres, d'échanges au milieu de tout un tas d'expériences. Ce processus le nourrit pleinement tellement il trouve cette manière de vie exaltante.

Peu après le début de la trentaine, la personne hésite à ralentir un peu. Un besoin nouveau émerge, l'envie de choisir les choses avec plus d'intentions et d'alignement, afin, notamment, de préserver son énergie. Le corps n'est pas toujours d'accord.

C'est presque un défi d'apprendre à vivre avec plus d'équilibre entre les désirs de mouvement, de rencontres et d'expériences diverses et ses responsabilités.

Cette sagesse acquise au fil du temps fait de cette personne un exemple modèle de sagesse, une sorte d'aventurier responsable, empreint de cette sagesse qu'elle partagera avec les autres pour les guider.



Le jeu des 9 différences



Cherche
et trouve
les 9
différences
subtiles
entre
ces 2
joyeux
petits
dragons.



Révéler sa propre Puissance



Révéler sa propre puissance, de quoi parle-t-on vraiment ici ?

girl power

Il m'a semblé pertinent et utile de vous parler de la "puissance" et de sa différence subtile avec la "force".

Quand nous sommes sur un chemin de conscience de soi et d'épanouissement, on est aussi, je pense, sur le chemin du développement de sa propre puissance.

Les films de Star Wars en ont parlé bien avant moi. Lorsque Yoda parle à son élève Luke en ces termes : "Fais ou ne fais pas ! Mais, il n'y a pas d'essai !". Il met le doigt sur un mécanisme précis et un vocabulaire précis. Essayer est mêlé au doute et à la notion d'échec. Je ne sais pas si je vais y arriver (et je me mets ou on me mets la pression pour cela) alors je dis que j'essaie.

Faire, c'est simplement : faire. Ni plus, ni moins. J'ai l'impulsion de faire cela, je le fais. Ça fonctionne, tant mieux, j'apprends ! Cela ne fonctionne pas, tant mieux, j'apprends !

Et, au passage, dans cet apprentissage, j'apprends à mobiliser mon pouvoir. La force, c'est un peu vouloir rentrer une forme en triangle dans un contenant carré ! Je n'ai pas toute la conscience nécessaire pour savoir quelle est l'action juste qui permet une réussite actée.

Je ne sais pas doser mon effort, alors j'en fais trop, j'insiste, je passe "en force"...

Ou bien, à l'inverse, je me décourage, je m'éteins parce que je me suis épuisée et je ne fais plus rien !

La puissance naît parfois suite à des expériences comme celle-ci, quand je suis passée par le Trop et le Trop peu. J'ai acquis de la sagesse et de la conscience.

Je sais maintenant comment atteindre et révéler le pouvoir de ma grandeur intérieure. Mon pouvoir ne peut être grand que si mon utilisation provient d'un équilibre intérieur.

J'ai maintenant tout à fait conscience de la juste dose, de la juste manière et du juste moment.

Et dans cette justesse consciente, j'ai tous les éléments pour me déployer pleinement !



Cherche & compte



Combien en trouves-tu ? (quelque soit le sens)

La conscience des plantes



Les plantes, la nature... ont ce pouvoir fabuleux de nous ancrer, de nous réhabiliter au centre de nous mêmes. L'été dernier, je vous avais parlé des arbres et de leurs sagesses, qui nous permettent un ancrage facilité et approfondi.

Cette fois-ci, j'avais envie de vous parler des vibrations, des mémoires, des consciences des plantes de manière plus générale.

Durant le mois de juin, quasiment à chaque promenade avec ma chienne, nous passions sous un tilleul. Un grand et majestueux tilleul. Il m'a attiré. Comme appelé, plusieurs fois. Jusqu'à ce que je prenne le temps de venir le voir de plus près, de lui dire bonjour, de me connecter à lui.

Un peu comme à un ami de longue date.

Petit à petit il m'a communiqué une vision globale de son essence.

Peut-être que ce n'est pas sans raison que la tisane des fleurs du tilleul favorise la détente et apaise les tensions !

Ce qui est certain, c'est que son message parle bien de paix intérieure.

Il m'a emmené sur un chemin de paix émotionnelle, mentale et même physique.

C'était comme si j'ouvrais grand les bras pour mieux m'étendre et réaligner en moi ce qui était tordu, tendu, fermé. Il m'a montré que toutes les parts de soi ont le droit d'être entendues ! Surtout celles que l'on cache et que l'on enferme pour qu'elles ne fassent pas trop de bruit. Le tilleul porte en lui un souffle de simplicité étonnant qu'il nous transmet volontiers.

C'est cette expérience qui m'a amené à créer avec lui le Soin du Tilleul, que vous pouvez retrouver sur le site plumededragon.com. [ICI](http://plumededragon.com).

Par le passé, j'ai communiqué quelques fois avec des plantes. Cela ne demande rien d'autres que de : se poser et ressentir. Chacun a la capacité de ressentir à sa manière !

Je me souviens de jolies plantes grasses à fleurs jaunes qui souriaient de l'intérieur et transmettaient une joie éclatante.

Tout à leur image en fin de compte. Alors, oui, les plantes ont une forme de conscience, des symboliques et une énergie, propre à chacune.

Vous le découvrirez par l'expérience. Je vous le conseille.

Vers le Bonheur

Mots croisés



Les définitions

Verticalement

1. l'inverse du contrôle
5. la force du coeur (verbe)
7. l'inverse de : devenir plus petit
8. on le fait lorsqu'on voyage
9. un amour sans jugement

Horizontalement

2. offrir à l'autre ce que l'on a de disponible
3. ce qui fait que l'on est moins lourd
4. tous réunis
6. l'ouverture comme les fleurs



Mieux se connaître avec le Design Humain

Décoder nos sensibilités

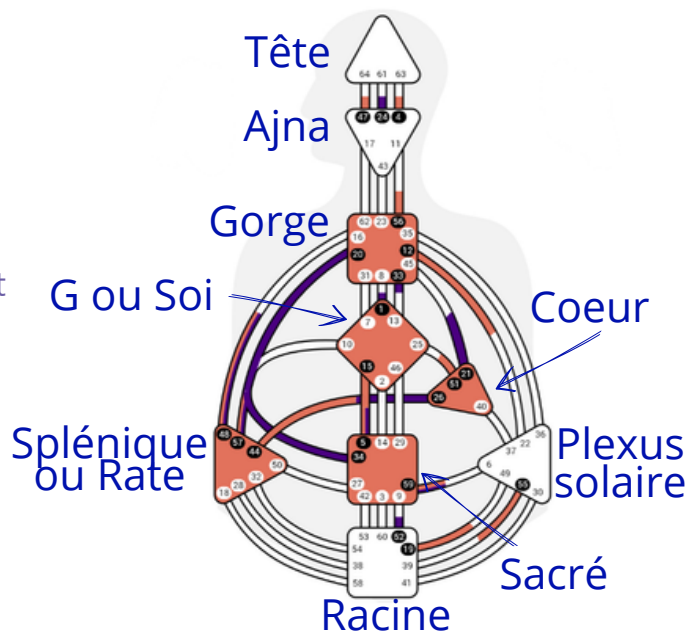


Il y a plusieurs types d'informations dans notre schéma de Design Humain qui peuvent nous aider à comprendre notre sensibilité ou hyper sensibilité unique. Je vous renvoie au lien de la page 8 pour calculer votre schéma.

1 - Le Type

Au niveau du **TYPE**, le **REFLECTEUR** est particulièrement et intensément sensible. Ces personnes ne représentent que 1 % de la population. Elles possèdent une réceptivité tout azimut à tout ce qui les entoure (les personnes, les pensées, les énergies, les émotions...). Elles fonctionnent comme un miroir qui reflète (d'où son nom) les qualités et les problèmes des personnes ou des groupes. Elles reçoivent et reflètent, ce qui en fait des personnes bien à part dans les relations, capable d'une puissante connexion. Cette intensité leurs demande de respecter leurs périodes de repos pour se décharger, retrouver de la clarté sur leurs propres vies et aussi choisir leurs entourages avec soin. D'autant que leurs mode de prise de décision leurs demandent d'attendre un cycle lunaire complet avant de prendre une décision.

2 - Les centres non définis (blancs)

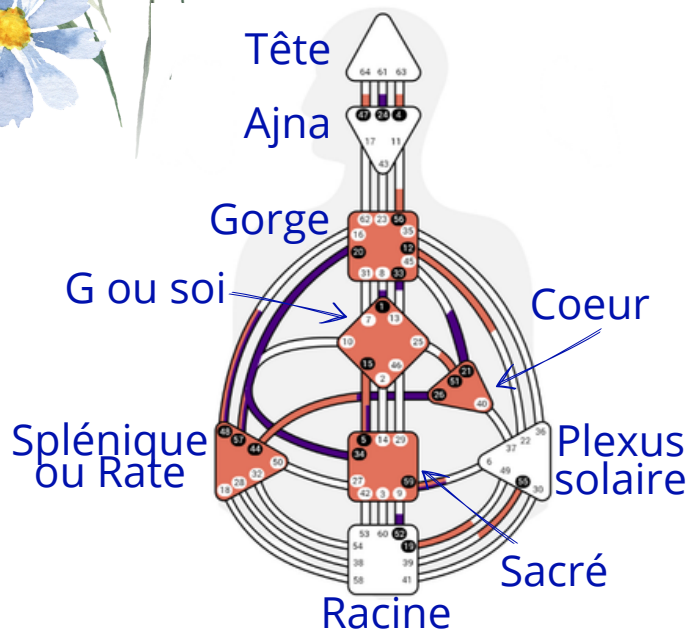


Sur le schéma de Design humain, chaque forme représente un centre. Il y a en tout 9 centres : Tête, Ajna, Gorge, G, Coeur, Sacré, Plexus Solaire, Splénique, Racine. Les réflecteurs ont tous les centres ouverts, c'est à dire blancs. Chaque centre ouvert apporte une forme de sensibilité, avec son lot de difficultés (savoir faire le tri, ne pas se laisser submerger...) et ses avantages. Tout est dans l'équilibre.



Mieux se connaître avec le Design Humain

Décoder nos sensibilités



Si le centre **Tête** est blanc, on reçoit les idées et problèmes des autres. On peut ressentir une certaine pression.

Si le centre **Ajna** est blanc, on capte les manières de penser de autres et leurs opinions. Nous sommes naturellement "ouvert" d'esprit ! Nous pouvons aussi être influençables.

Si la **Gorge** est blanche, notre voix et notre communication s'adaptent aux personnes avec qui nous échangeons. Nous faisons inconsciemment du sur-mesure. Nous nous adaptons. On peut avoir besoin d'aide pour savoir ce que l'on veut vraiment.

Si le **Soi** est blanc. On est un peu un caméléon ! Notre identité fluctue en selon les gens et circonstances en face

de nous. Avec cela, difficile d'avoir un chemin de vie clair. On aura également tendance à chercher l'amour à l'extérieur et moins en nous-mêmes.

Avec le centre **Coeur** blanc, on va recevoir les motivations et désirs des autres. On peut avoir tendance à douter de soi et de sa valeur. Pourtant, rien n'est plus faux.

Si c'est le centre **Rate** qui est blanc, notre intuition est plus instable, on se doit d'être plus attentifs à notre santé et à notre corps physique que les autres. On aura tendance à rester accrocher à des habitudes, etc.. qui ne sont pourtant pas bonnes pour nous.

Avec le centre **Plexus Solaire** blanc, on absorbe réellement les émotions des autres, et en plus, on les amplifie ! Comme pour le centre Tête, il est important d'en faire le tri pour ne pas se laisser envahir.

Avec le centre **Sacré** blanc, le niveau de notre énergie est instable car dépendant de celle que l'on reçoit ou non de l'extérieur. Il nous faut respecter notre rythme et nos besoins de repos plutôt que s'adapter à celui des autres. 26



Mieux se connaître avec le Design Humain

Décoder nos sensibilités

Enfin si le centre **Racine** est blanc, nous sommes particulièrement sensible au stress et aux actions des autres. On absorbe. Il est primordial de ne pas se laisser submerger mais d'utiliser ces énergies de mouvement intelligemment. Chaque chose en son temps.

3 - Que fait-on avec ça ?

Que fait-on maintenant quand on reçoit les idées, les pensées, les intentions, les émotions, les énergies des autres... sans savoir vraiment comment démêler ce qui nous appartient de ce qui ne nous appartient pas ?

Ces centres ouverts ne sont pas des tares ou des défauts à corriger. Globalement, nos centres non définis peuvent "absorber" les énergies multiples qui proviennent des personnes ayant ce centre défini (coloré), et les "amplifier". Cette ouverture est une force. Ce sont des dons, des capacités. Et comme toute capacité, il nous faut apprendre à nous en servir.

Elles sont, entre autres, des portes d'accès à des ressources extérieures pour nourrir nos propres besoins et contribuer à notre épanouissement.

Si ces centres sont en bonne santé, ils sont une force. En mauvaise santé, ils peuvent venir nous compliquer la vie. Nous devons apprendre à faire le tri pour ne garder que ce qui est utile à notre transformation et lâcher-prise sur ce qui peut être toxique pour nous.



4 - Entretenir des centres "sains"

La première chose à faire est de comprendre ce qui n'est pas à nous !

- Que ce soit des idées, pensées, problèmes, questionnements, émotions... On arrête de s'appropriier et de vouloir réaliser ou résoudre systématiquement tout ce que l'on perçoit.
- En se posant des questions comme :
 - A qui ça appartient ?
 - Est-ce que j'ai vraiment envie de faire ça ?
 - Si j'étais 100% moi-même et honnête, est-ce que je ferai ce choix ?
 - Si je faisais ce choix uniquement pour moi, est-ce que je le ferai ?



Mieux se connaître avec le Design Humain

Décoder nos sensibilités

- Est-ce-que c'est la peur, la pression, le stress qui me dirige ?
 - Est-ce-que je suis en train de vouloir résoudre les problèmes des autres ? Suis-je frustrée, agacée, en colère quand je vois qu'ils ne "veulent" pas changer ?
 - Si je m'écoutais vraiment, ferais-je les choses maintenant ? A cette vitesse ? A ce rythme ?
 - Si je m'écoutais vraiment, ferais-je les choses de cette manière ?
 - Est-ce le chaos à l'intérieur de moi ? Si oui à qui appartient cette pression que je ressens ?
 - Souffle ! Que suis-je en train de faire là ?
 - Ce que j'ai compris chez l'autre, est ce que ça parle de lui ou de moi ?
- **Assumer** et s'affirmer !
 - Assumer ces choix,
 - Assumer sa différence (mais qu'est ce que cela signifie au fond vu que nous sommes TOUS uniques ?)
 - Arrêter d'avoir peur du regard ou de l'avis des autres sur soi,
 - Arrêter de culpabiliser !

- Comprendre que **les solutions universelles** censées marcher pour tout le monde, que ce soit en terme de santé, de marketing, d'apprentissages, d'activités sportives, etc. **ne marchent pas pour tout le monde** en fait (non vraiment ?)!

- SAVOIR POSER DES LIMITES :

- ne pas donner mon temps, mes réponses, mon savoir, mon attention à ceux qui n'en sont pas reconnaissants.

- Au fond, tout ceci est rendu possible quand je me connais moi-même.
 - Par exemple par le design humain ou les clés génétiques qui me parle de mon vrai rythme, mes besoins...



En effet, c'est quand même plus facile de démêler le Soi du Non-Soi, quand on sait ce qu'est le Soi !

Soufflez un coup et **posez vous des questions** ! Des questions ouvertes. Et laisser la réponse, l'intuition, la sensation, la certitude, peut-être venir à vous.

Cadeaux à imprimer et à partager



2 marque-pages pour vos lecture d'été,
un protocole d'abondance pour tous les matins, et une "pensée" d'alignement.



LA DOUCHE D'ABONDANCE

PROTOCOLE DU MATIN

La douche d'abondance est un protocole que l'on peut faire **tous les matins**. Au calme, dans un endroit dans lequel vous ne serez pas déranger.

5 minutes, avant de démarrer la journée !

A l'inspiration : « Je reçois une douche d'abondance de la part de l'univers, je suis aimée, choyée comme l'enfant chérie de l'univers. Une douche d'abondance de paillettes dorées tombe doucement sur moi et j'accepte de recevoir dans ma vie : la facilité, la fluidité, la joie, les cadeaux, l'amour, l'énergie et les synchronicités. ».

Vous pouvez le faire en mettant les mains au-dessus de votre tête pour symboliser la douche et les paillettes qui sortent de vos mains.

A l'expiration : « par mon souffle, je rejette ce dont je ne veux plus, ce qui est en trop, ce qui me blesse, les schémas limitants, tout ce qui fait mal, qui est lourd, toxique, désagréable, déranger ou obsolète. ... ».

Faire les 2 parties 3 fois !

En visualisant 2 douches « dorées » et une « arc en ciel ».

N'hésitez pas à y mettre vos propres mots !



WWW.PLUMEDRAGON.COM

SI J'ÉTAIS TOTALEMENT
HONNÊTE AVEC MOI ICI ET
MAINTENANT, QUEL CHOIX EST-
CE QUE JE FERAIS ?



WWW.PLUMEDRAGON.COM

SOIN DE L'ÊTRE POUR RÉVÉLER VOTRE VRAIE NATURE

Phrase issue de Access Consciousness®

Solutions des jeux

Solutions des mots fléchés de la p4.

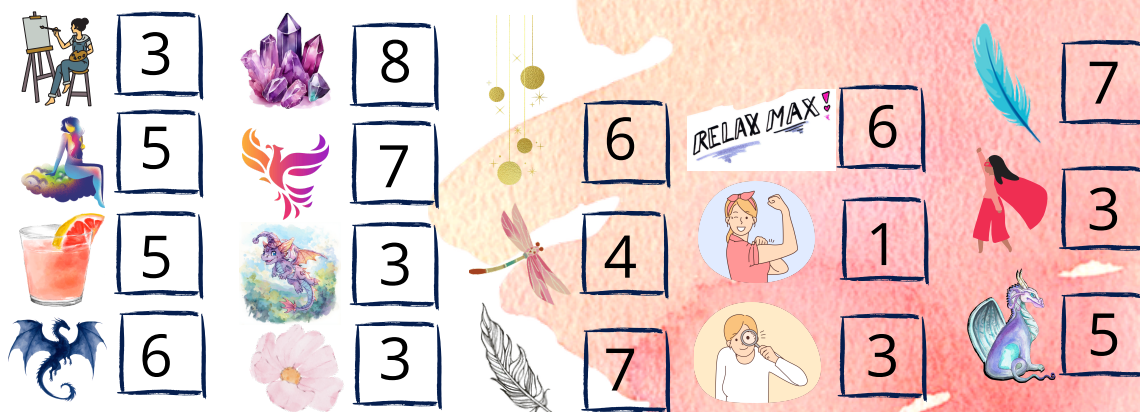


Solution des 9 différences sur le joli dragon mauve p18

- 1 Une pierre précieuse en plus sur son chapeau
- 2 Un nuage en plus dans le ciel
- 3 Une fleur différente sur son chapeau
- 4 Une tache en moins sur l'aile
- 5 La couleur de sa langue
- 6 Un rayure en moins sur le poitrail
- 7 Un aiguillon en moins dans le dos
- 8 Une pierre précieuse en plus sur le flanc
- 9 Une étoile sur le bout de la queue



Solutions du Cherche & Compte p20.



Plume de Dragon



Peut-être que rien n'est plus important
que de trouver, ou retrouver
une **clarté intérieure** profonde
qui permet de
prendre des décisions alignées
depuis un espace de confiance en soi !
En tous les cas, c'est ce que je ressens.

S'épanouir dans sa nature véritable.

J'ai créé Plume de Dragon pour cela.
Partager des guidances sur-mesure
et du soutien énergétique précis
pour aider les Êtres à retrouver
leurs propres clartés et puissances !

Tout le panel de prestations est disponible à la réservation sur Plumedragon.com

D'autre part, une mini offre par abonnement viens de voir le jour : **Le Miroir**

Ce n'est pas un programme, encore moins une formation.

C'est un lieu où l'on se sent bien et un lien qui élève.

On y cultive la confiance et le laisser être sans pression.

On y parle de joie, d'évolution, d'équilibre, de voyage intérieur.

Un lieu dans lequel je vous partagerai des audios, des vidéos, des réponses à vos questions. Rassemblant ici ce qui présentera à vous à travers moi.

Je suis Magali Eychenne, énergéticienne, médium
et chanteuse inspirée.

Je vous invite à me suivre sur les réseaux.



Magali

Tous droits réservés ©Magali Eychenne



Ce cahier vous a plu ?

Parlez-en à vos amis !



OU DONNEZ-LEURS RENDEZ-VOUS SUR
[HTTP://WWW.PLUMEDEDRAGON.COM](http://www.plumededragon.com)

Tous droits réservés www.plumededragon.com - Magali Eychenne
Matériel protégé par droits d'auteurs