

SYNTHESE : CONNAISSANCE DE SOI LECONS 6 (29/04/2025)

Récapitulatif

Le coach a dirigé une séance de groupe sur l'importance du "champ intérieur", des "semences" mentales et de la confiance en soi, en encourageant les participants à identifier et éliminer les pensées négatives tout en cultivant des pensées positives. Il a également discuté du concept de "semences négatives", qui sont des croyances et des influences limitantes qui peuvent entraver la croissance, et a présenté diverses méthodes pour reprogrammer le mental et améliorer l'estime de soi. Enfin, il a souligné l'importance de se connaître, de se libérer des perceptions négatives de soi-même et de choisir un nouveau nom vibratoire qui reflète la véritable essence.

Prochaines étapes

- Tous les participants : Continuer à identifier et comprendre les semences négatives dans leur vie quotidienne.
- Tous les participants : Appliquer des solutions efficaces, scientifiques, quantiques et spirituelles pour sortir des semences négatives.
- Tous les participants : Cultiver un champ intérieur positif en choisissant consciemment les bonnes semences à laisser entrer.
- Tous les participants : Préparer pour la prochaine séance qui abordera le "soin véritable" et le concept du "monde originel intérieur".
- Tous les participants : Écrire une liste de toutes les semences négatives et les brûler ou les enterrer symboliquement.

- Tous les participants : Se choisir un nouveau nom vibratoire positif et l'activer.
- Tous les participants : Envoyer leur nouveau nom vibratoire au Coach pour qu'il écrive un pamphlet personnalisé.
- Tous les participants : Identifier leurs trois éléments essentiels qui les forgent (comme la patience, le pardon, l'amour).
- Tous les participants : Se préparer pour la prochaine séance sur la découverte de l'être originel.
- Charlène : Organiser la prochaine séance pour jeudi prochain à 20h.

SYNTHÈSE

Début de la leçon.

Le coach commence la séance avec un groupe d'étudiants, dont Charlène qui agit comme chef de classe. Il annonce la fin de la phase deux sur l'identité et le début de la prochaine séance qui abordera le "soin véritable". Le coach mentionne qu'ils en sont à la leçon six et exprime sa satisfaction de la présence des participants.

Cultiver des semences positives.

Le coach explique l'importance du "champ intérieur" et des "semences" mentales. Il encourage les participants à identifier et éliminer les pensées négatives tout en cultivant des pensées positives. Le coach introduit les concepts de "Monde Originel

Intérieur (MOI)" et de "Source Originelle Intérieure (SOI)", soulignant l'importance de choisir consciemment les influences sur notre esprit. Il demande aux participants de faire un exercice consistant à lister les influences négatives et positives reçues tout au long de leur vie.

Confiance en soi et perception.

Le coach anime une séance de coaching de groupe axée sur la confiance en soi et l'auto-perception. Des élites partagent leurs insécurités et les perceptions négatives qu'elles ont d'elles-mêmes. Le coach explique que le manque de confiance provient souvent d'une méconnaissance de soi et encourage les participants à remettre en question les jugements négatifs qu'ils ont intériorisés. Il souligne l'importance de se connaître pour développer la confiance en soi et affirme que la beauté vient de l'intérieur plutôt que de l'apparence physique.

Identité et nouvelle vibration.

Le coach explique comment se libérer des perceptions négatives de soi-même et renaître avec une nouvelle identité. Il encourage les participants à "mourir" symboliquement à leur ancien moi égoïste et à choisir un nouveau nom vibratoire qui reflète leur véritable essence. Le coach souligne l'importance de respecter son nom complet tout en y ajoutant un surnom personnel porteur de sens et de pouvoir. Cette technique vise à aligner les participants avec leur source originelle et à les aider à vivre selon leur plein potentiel.

Gestion des semences négatives

Lors de la réunion, Coach a discuté du concept de "semences négatives", qui sont des croyances, des influences limitantes et des pensées dominantes qui peuvent entraver la croissance. Il a identifié diverses sources de "semences négatives", telles que l'éducation

toxique, les critiques et les rejets, et a souligné leur impact sur la santé physique et mentale. Coach a également présenté une liste de "semences négatives" courantes, telles que la perte, le traumatisme, la trahison, la déception, le rejet et l'humiliation, et a expliqué leurs conséquences potentielles. Il a encouragé les participants à reconnaître et à gérer ces "semences négatives" pour améliorer leur bien-être avec les techniques scientifiques, spirituelles et quantiques.

Renouveler la mentalité d'amour.

Le coach présente diverses méthodes pour reprogrammer la mentalité et améliorer l'estime de soi, notamment des exercices de gratitude, la visualisation et des pratiques spirituelles. Il encourage les participants à se débarrasser des pensées négatives et à adopter une nouvelle identité positive. Les participants, partagent leurs expériences positives suite aux séances, notant des changements dans leur façon de réagir aux situations et une meilleure confiance en soi. Le coach conclut en soulignant l'importance de se donner un nouveau nom et de comprendre que l'on n'est pas défini par son nom, son corps ou son caractère, mais par les vibrations positives que l'on choisit d'émettre.