

**VÄLKOMMEN**  
Väck din  
feminina kraft

---



# Väck din feminina kraft

---

**Väck din feminina kraft  
genom att stanna med dig,  
landa i kroppen och känna  
känslorna.**

Börja ... stanna upp.  
Landa i din kropp.  
Börja lyssna på dig, din  
kropp, din själ och det du  
har undvikit och stängt av.



# Väck din feminina kraft

---

- **Modul 1 – 13 maj kl 19-21. Väck din feminina kraft genom att stanna med dig, landa i kroppen och känna känslorna.** Lär dig stanna upp. Börja lyssna på det du har undvikit och stängt av.
- **Modul 2 – 20 maj kl 19-21, Feminina Principer & Gudinnetraditioner** Återknyt till din feminina kraft och din själ – där mjukhet är styrka.
- **Modul 3 – 26 maj kl 19-21, Självmedkänsla & Emotionell Trygghet** Släpp inre hårdhet och lär dig möta dig själv med värme.
- **Modul 4 – 3 juni kl 19-21, Hållbart Liv inifrån och ut** Lev i kroppen, guidad av själen i kontakt med din feminina kraft, glädje och lust
- **Modul 5 - 10 juni kl 19-21, Att låta din feminina kraft blomstra,** Ta emot glädjen, njutningen och blomstringen i livet denna sommar
  
- **Bonus! 27 maj kl 19-20** kommer gästföreläsare som guidar dig att i trygghet öppna upp din sensualitet och sexualitet på dina villkor. *Obs! bonusträffen kan bara upplevas live och spelas inte in*



# Väck din feminina kraft

---

Din symbol från naturen:  
Vad är feminin kraft för dig?



# Väck din feminina kraft

---

- Hur kallar den feminina kraften på dig?
- Vad vill den väcka i dig?



# Ditt tempel

---

Kroppen är själens boning, din Portal till dig, livet, själen och livskraften.

Men det har inte varit tryggt att vara i kroppen, i templet, i Portalen, i kraften. I kroppen.

Kroppen har blivit mindets objekt att döma.



# Otryggt tempel

---

- Vi erfar känslorna i kroppen
- När det är för smärtsamt / överväldigande så lämnar vi kroppen

Landa i ditt tempel

- Bevittna reflexen
- Göra ett nytt val: stanna i kroppen
- Känn... Sorgen, smärtan, glädjen och njutningen



# Är redan här

---

- Hel
- Hemma
- Stanna
- Mjukna
- Känna
- Stanna
  
- Väcka, beröra, förföra...



# Väcker dig

---

- Hur väcker din Kropp dig?
- Hur snoozar, bedövar, stänger du av den?
- Hur kan du välja att vakna?

Kroppen vill dig väl,  
hon uttrycker sig FÖR dig.



# Ta sin plats

---

- Hur tar och får din kropp sin plats?
- Vad kallas du att bejaka?
- Vad kan du ge utrymme för hos din kropp?



# Långsamt...

---

- Väcker långsamt och mjukt
- Bjuder in trygghet... vad hjälper dig att vara trygg nog att landa i din Kropp?
- Välkommen till din komfortzone!
- Landa i kroppen, sjunka in, stiga ner...
  
- UTAN agenda, jakt, sträva, resultat...
- UTAN att gräva guld!!!!



# Guidad meditation

---

- Känna kroppen
- Gå ner i fötterna, rötterna
- Ta emot näring, livskraft, energi
- Fyll upp hela dig från rötterna
- Öppna dig för solen, månen och stjärnorna och ta emot ljuset
- Välj att ta emot ljuset för dig, till dig

