

LA MUE DU SERPENT

Voici quelques pistes d'exploration pour éclairer ton propre processus d'évolution et préparer ta mue.

Sors ton carnet, un stylo et tes couleurs !

- Comment est-ce que je me sens dans ma vie ? Dans ma relation à moi-même, mes relations aux autres, mon travail...
- Est-ce que ce que je vis actuellement me convient ?
- Quel domaine de ma vie aspire à autre chose ?
- Qu'est-ce qui aurait besoin d'être modifié ?
- De quoi est-ce que j'ai besoin de me libérer ?
- Quelles écailles, quelles protections est-ce que j'ai besoin de lâcher ?
- Est-ce que j'y vois clair dans ma situation ? Ou est-ce que j'ai encore besoin d'éclaircir certains points ?
- Est-ce que je veux avancer trop vite, sans tenir compte de mon propre rythme ? Ou au contraire, est-ce que je retarde ce processus ?
- Si je sais que j'ai besoin de changer quelque chose, qu'est-ce qui me retient ?
- Comment est-ce que j'imagine ma nouvelle peau, ma nouvelle vie ?
- Quelles nouvelles ressources est-ce que j'ai envie d'activer, de renforcer ?

