



EXPRESSION DE VOTRE ÊTRE VÉRITABLE COMMUNICATION

Devenir la meilleure version de nous-mêmes, la plus alignée, est une danse.

Comme mentionné dans la newsletter de janvier, la **COMMUNICATION** s'est déjà avérée être au cœur de notre vie... La rétrogradation de Mercure en janvier nous a ramené à l'attention d'être aussi CLAIR que possible avec nos pairs, notre partenaire, nos familles, nos enfants, nos amis etc...

Selon de nouvelles recherches, notre cerveau est aussi unique que nos empreintes digitales. Par conséquent, le profil de connectivité fonctionnelle du cerveau d'un individu est à la fois unique et fiable. Cela prouve qu'il existe des milliards de façons de voir, d'observer, de sentir et de ressentir.

Ceci étant dit, il devient évident que la **COMMUNICATION** doit être un thème central pour améliorer nos relations. Pas seulement nos relations avec le monde extérieur, mais avant tout les relations avec nous-mêmes.

Vous connaissez-vous ? Pouvez-vous comprendre vos comportements ? Et il est toujours nécessaire de tout comprendre ? Pourquoi certaines personnes ont-elles tendance à avoir besoin de se justifier ? Avez-vous peur de dire votre vérité ? Comment l'autre personne perçoit-elle ce que je partage ? et ainsi de suite...

Il y a de multiples aspects qui pourraient changer votre perception de votre propre réalité, alors pouvez-vous imaginer comment cela pourrait être pour un groupe d'êtres partageant la même expérience ? C'est une des raisons pour lesquelles je mets l'accent dans mon enseignement sur la COMMUNICATION. Et l'un des outils que je trouve étonnant pour comprendre cela est l'ENNEAGRAMME. (page 3)

En ligne avec cette fréquence 2023 de **COMMUNICATION**, j'ai le plaisir d'annoncer le lancement des **RETRAITES de PENELOPE** avec **THE WOMEN SAFE SPACE**. (IG @penelope_retreats) le **8 mars 2023**.

Quel genre de vie souhaitez-vous créer pour vous ?

With love
All-ways

Penelope Hardy

TABLE DES MATIÈRES

- Page 2 => Le Dragon
- Page 3 => Vous & les autres
- Page 4 => Les Retraites de Penelope
- Page 5 => Yin Yoga
- Page 6 => Événements



Abordez votre contemplation avec sincérité, et vous commencerez à ressentir l'intelligence innée des miracles de la nature que nous prenons rarement le temps de remarquer. Chaque signe de la terre a sa propre fréquence et donc un sens. En commençant à être plus présent dans le maintenant de notre vie quotidienne, nous pouvons voir plus clairement en nous et dans notre environnement.

Au fil des années, je me suis rendu compte que certaines choses se manifestaient d'une manière étrange au début et que plus j'explorais, plus cela avait du sens.

Je me souviens qu'en 2011, j'ai vu des nuées de coccinelles en avril dans mon hall d'entrée, dans ma cuisine et partout où j'allais, j'ai cherché la signification et les messages que ces belles coccinelles voulaient m'envoyer. Cela correspondait parfaitement à ce que je vivais à l'époque. Depuis ce jour, j'ai apporté plus de conscience à ce qui peut être vu et pourquoi nous voyions ces terriens. En indien, on les appelle parfois DEVAs (le monde des esprits de la nature).

VOICI UNE PETITE HISTOIRE SUR LE DRAGON ET SES MESSAGES.

DRAGON

Vous allez me dire que l'on ne voit pas beaucoup de dragons de nos jours...

Eh bien, que diriez-vous d'un film, d'un livre pour enfants dans une salle d'attente, d'une personne assise à côté de vous utilisant ce mot pour parler de son méchant professeur ou autre. Ou même un statut au milieu de Paris avec votre personnage d'enfance qui est un dragon (Casimir*).

Ces synchronicités sont à observer et à remarquer.

*Google Casimir for more info on this character

Le Dragon est l'incarnation de l'Esprit. Il est l'équivalent dans notre culture occidentale de l'Aigle, le Grand Esprit des Amérindiens.



Le dragon symbolise le **pouvoir, le changement et la spiritualité**, et il symbolise également la chance, la fortune et la prospérité. Dans certaines cultures, le dragon est un protecteur et est souvent associé à la royauté. L'animal spirituel dragon peut également symboliser l'amour de soi et l'autonomisation. Ce guide spirituel peut vous aider à puiser dans votre pouvoir.

L'esprit du dragon est attiré par les personnes dotées d'intelligence, de dignité, d'enthousiasme contagieux et d'autorité. Les dragons guident ces personnes vers la brillance et, en fait, vers l'illumination. Dans ce contexte, votre animal spirituel Dragon vous apprend à rugir – à trouver votre voix, à être entendu et vraiment compris.

Le type d'esprit du dragon que vous rencontrez peut vous donner un indice

- **Les dragons de feu** : ils vous apportent des leçons de maîtrise de soi, de créativité, d'acuité mentale, de transformation alchimique et de leadership.
- **Les dragons de l'eau** : ils se concentrent sur ce qui fait avancer le bateau de votre vie, sont prêts à abandonner les modèles malsains et à naviguer vers votre destin.
- **Dragons de la Terre** : stabilise et fournit la clé pour subvenir à vos besoins.
- **Dragons de l'air** : ils vous enveloppent en toute sécurité et volent haut. De là, vous obtenez de plus grandes perspectives sur le plan personnel et mondial, sans être perturbé par les vents du changement.

Beaucoup croient que vous pouvez recevoir le puissant pouvoir du dragon par le biais du tatouage. Les tatouages de dragon ont souvent été utilisés comme symboles de force, de protection et de sagesse.

FAITES VOS PROPRES RECHERCHES ET TROUVEZ CE QUI RÉSONNE AVEC VOUS DANS LE MOMENT PRÉSENT.

Sources:

<https://whatismyspiritanimal.com/fantasy-mythical-creatures/dragon-symbolism-meaning/#Spirit-Dragon>

Additional References:

<https://www.atshq.org/dragon-symbolism/>
<https://www.thespiritualcentre.net/dragon.html>



CREATE
TOGETHER
WE

VOUS & LES AUTRES

EXPRESSION ET COMMUNICATION

Chaque être est unique et c'est ce qui rend ce monde absolument magique. Par conséquent, nous voyons le monde sous des angles différents. Une mauvaise communication, une mauvaise interprétation et des points de vue différents sont souvent un chemin vers la frustration, l'inconfort, des moments désagréables, de la colère etc... Guidée pour axer mon enseignement sur la **communication** et la **confiance en soi** utilisant différents outils, je partagerai avec vous ceux qui vous conviennent le mieux pour votre parcours. Que ce soit en famille, en couple, entre amis ou en entreprise, nous avons tous besoin d'apprendre à vivre ensemble et à **nous comprendre** pour une vie harmonieuse à la maison et au travail.

Dans notre vie quotidienne, la **communication** nous aide à construire les relations en nous permettant de partager nos expériences et nos besoins, et nous aide à nous connecter aux autres. C'est **l'essence même de la vie**, qui nous permet d'exprimer des sentiments, de transmettre des informations et de partager des pensées.

Une meilleure communication vous nourrira à tous les niveaux vers une meilleure version de vous-même avec **confiance et amour de soi**.

DÉCOUVRIR VOTRE ÊTRE VÉRITABLE

On pourrait aussi appeler ce programme de 4 heures "Kick off".

Réaliser qui vous êtes vraiment et non ce que les gens vous disent ni ce que vous faites ou ce que vous voulez être.

L'exploration et la découverte de vos zones d'ombre et de votre magie vous conduisent à plus d'authenticité, de créativité, de vitalité, d'éveil personnel, de joie, de liberté, à trouver votre mission d'âme et bien plus encore.

Dès la première séance, vous verrez vos forces et vos faiblesses. Ainsi vos croyances et schémas limitatifs seront immédiatement mis en lumière à la hauteur de ce que vous êtes en capacité d'intégrer. Vous comprendrez le monde sous un angle différent. Que vous soyez emphatique ou non, vous recevrez des clés et des codes pour ouvrir les portes de nouveaux mondes et nouvelles possibilités.

Vous êtes votre propre baguette magique...

Soyez souverain de votre corps et de votre esprit.

Sur ce chemin de libération, vous découvrirez votre potentiel illimité.

QU'EST CE QUE L'ENNEAGRAM ?

L'Ennéagramme est un outil puissant de transformation personnelle et collective.

L'Ennéagramme est un système de neuf types de personnalité combinant la sagesse traditionnelle et la psychologie moderne. C'est un outil puissant pour se comprendre et comprendre les gens dans nos vies – avec trois applications majeures :

- Le développement personnel, intellectuel et spirituel
- Relations fructueuses à la maison et au travail
- le développement de compétences en matière de leadership, d'esprit d'équipe et de communication dans le monde des affaires
- Une visualisation claire des limites que nous nous imposons.

Chaque type d'Ennéagramme a un modèle différent de pensée, de sentiment et d'action qui découle d'une motivation intérieure plus profonde ou d'une vision du monde.

**[CLIQUEZ ICI POUR RÉSERVER UN APPEL GRATUIT DE 30 MINUTES
AFIN DE VOIR COMMENT NOUS POUVONS VOUS AIDER](#)**

<https://linktr.ee/awishlink>



LAUNCHING EN 2023

GRANDIR AVEC A WISH LINK

Nous organisons en permanence des ateliers, des conférences, des espaces de partage, etc... pour le bien de chacun d'entre nous.

Regarder plus loin et se développer ensemble.

Nous apprenons tous les uns des autres.

Mercredi 8 Mars 2023
de 19h à 20h30

15€
Paris 16th

**Nombre de places limitées.*

THE WOMEN SAFE SPACE

Un rendez-vous régulier d'une heure et demie dans un **espace sûr et chaleureux.**
Un processus vers votre nouvelle personne.

S'adapter aux changements dans votre corps, votre esprit et votre âme.

PRÉ / PERI & MENOPAUSE

La pré / péri et la **ménopause** une époque charnière dans la vie d'une femme où elle peut souvent se sentir **isolée** voir **démunie**. Face à un bouleversement profond qui touche tous les aspects de sa personne: **émotionnel, psychologique et physique, être entourée, écoutée et soutenue est essentiel.** Avec **Helen**, nous avons eu l'idée de créer "**THE WOMEN SAFE SPACE**", lieu d'échange, de partage et d'entraide sans jugement

Penelope Hardy

Pourquoi est-ce pour vous?

- Vous avez plus de 40 ans
- Vous pensez que cela ne va pas tarder
- Vous souhaitez vous informer pour vous y préparer au mieux.
- Vous êtes "en plein dedans"
- Vous voulez comprendre ce qui vous arrive et partager vos doutes et questions.
- Vous êtes un peu dépassées par tout un tas d'émotions et autres symptômes.
- Votre libido a changé et cela vous impacte dans votre vie intime.
- Vous êtes au-delà de tout ça et vous souhaitez partager votre expérience.
- etc...

Ce que vous y trouverez?

- Un espace d'accueil afin de ne plus vous sentir seule.
- Des conseils pour conserver ou retrouver votre sérénité au quotidien.
- Des informations pour vous permettre de comprendre ce qui se passe dans votre corps et choisir parmi les différentes options proposées par les médecines traditionnelles ou alternatives.
- De l'humour et du rire pour vous accompagner dans cette transition et vous aider à la traverser sans complexes; avec confiance et optimisme.
- Des pratiques de bien-être
- Et plus encore...

> REGISTER NOW



La ménopause n'est pas un problème à résoudre ni une maladie à guérir, c'est une étape de la vie qui nous confronte à un bilan, à des changements parfois radicaux.

Ensemble, c'est avoir le courage de se redéfinir, réinventer et s'ouvrir à d'infinies possibilités...

***Cet espace n'est pas une consultation médicale, nous vous conseillons vivement de toujours vous référer à votre médecin.*



BIEN-ÊTRE

YIN YOGA

*Paris 16e***Quels sont les bienfaits du Yin Yoga ?**

Comme tout yoga, les bénéfices sont multiples, notamment pour apprendre à se connecter avec soi-même. Voici quelques-uns d'entre eux :

- Cultiver la gratitude pour le corps.
- Flexibilité du corps et de l'esprit
- S'autoriser à ralentir
- Compassion et amour de soi
- Découvrir nos émotions et les transcender
- Réduire le stress et l'anxiété
- Améliorer la mobilité des articulations
- Allonger et étirer les muscles tendus
- Aide à promouvoir la pleine conscience
- Et bien plus encore...

ATELIER

Dimanche 12 Février
De 15h à 18h00
55€

WEEKLY

Chaque Lundi
18h30 de 20h00
25€

LES 7 LOIS DU YOGA

LA LOI DE PURE POTENTIALITÉ

Au cours de cet atelier, nous étudierons la **Loi de la Pure Potentialité** et comment notre corps peut nous guider pour manifester la vie que nous souhaitons.

La **Loi de la Pure Potentialité** stipule qu'au cœur de l'être, nous sommes une pure conscience. Le royaume de la pure conscience est le domaine de toutes les possibilités. Il sous-tend la créativité sous toutes ses formes.

*Limited Space

<https://linktr.ee/awishlink>




EVENEMENTS GRATUITS

OUVREZ VOTRE ESPRIT AVEC NOS QUANTUM CONVERSATIONS

Les conversations quantiques sont une table ronde hautement intentionnée avec des coachs quantiques, des astrologues, des activistes et des praticiens passionnés. L'occasion de découvrir de nouveaux concepts et de nouvelles perspectives sur la vie humaine. Des questions sur tous les sujets habituels et inhabituels tels que "Comment puis-je savoir si c'est mon intuition ou mon ego qui me parle ?" ou "Quelle est la meilleure façon de gérer l'anxiété ?" ou "Existe-t-il une vérité absolue ?" ou "Que sont les synchronicités ?" ou même "Que sont les sauts quantiques ?" seront répondues par nos coachs canalisant les réponses.

Tout le monde peut s'inscrire... de 17 ans à...

ON ZOOM

- Les 22 de chaque mois en **Anglais**
- 2e Lundi de chaque moi en **Français**

Prochaines dates:

- Dimanche 22 Janvier en **Anglais**
- Lundis 13 Février in **French**

INSCRIPTIONS À NOS EVENEMENTS ICI

[Les replays sur notre chaîne YouTube](#)



[CLICK HERE TO BOOK A FREE 30 MINUTES CALL TO SEE HOW WE CAN ASSIST YOU](#)

BOOK

SOCIAL MEDIA

