



GUIDE PRATIQUE DU FEMININ SACRE



BIENVENUE

Je m'appelle Laetitia, je suis maman de 4 merveilleux enfants, je suis à la recherche d'un équilibre entre mes envies et celle de ma famille.

Le concept BébéBao est né de cette recherche, afin de me retrouver, de me re-connecter à mon nature profonde, à mon Essence Divine.

Je suis une femme Médecine, une femme Guérisseuse, une guerrière de la Terre. J'oeuvre pour notre Terre Mère en éveillant les consciences. J'accompagne les Etres, les âmes à se connecter, à se réveiller, à se révéler pour vivre la vie qu'ils sont venus incarner.

Psychologue, Professeur de yoga maternité, de yoga du son, praticienne de chant médecine et de la médecine du Cacao, facilitatrice de cercles, de cérémonies et de rituels sacré, je vous accompagne pour vous sentir libre, vous reconnecter à votre féminité sacrée et vous libérer de vos croyances limitantes.



POURQUOI CE GUIDE?

Je suis très heureuse que tu es ressentie l'appel du Féminin Sacré.

Nous vivons actuellement dans une société patriarcale, construite par des hommes, pour une énergie masculine. Cette société a oublié l'énergie du féminin, l'énergie des cycles et des cycles de la vie.

La société dans laquelle nous vivons nous fait vivre à 400 à l'heure, avec le même rythme au quotidien, dans le maintien de la performance et ce dans toutes les sphères de notre vie.

J'ai écrit ce guide pour te donner des outils pour te re-connecter à ton féminin sacré, à tes émotions, à tes ressentis, à ton intuition et à ton Etre.

Re-Naître en Soi en guérissant son âme.





OBSERVATION
ET RELIANCE
A LA
LUNE

Plus nous nous relions à la Lune,
plus nous nous relions à nous
même, à notre féminité:

- notre cycle menstruel se régule.
- nos humeurs s'alignent.
- nos intuitions s'affinent
- notre créativité se déploie
- nous avons des aspirations profondes.

La lune est notre gardienne, elle est le symbole des énergies féminines qui circulent en nous. Reliée aux énergies Yin, elle nous invite à la douceur, à l'introspection et à la créativité.

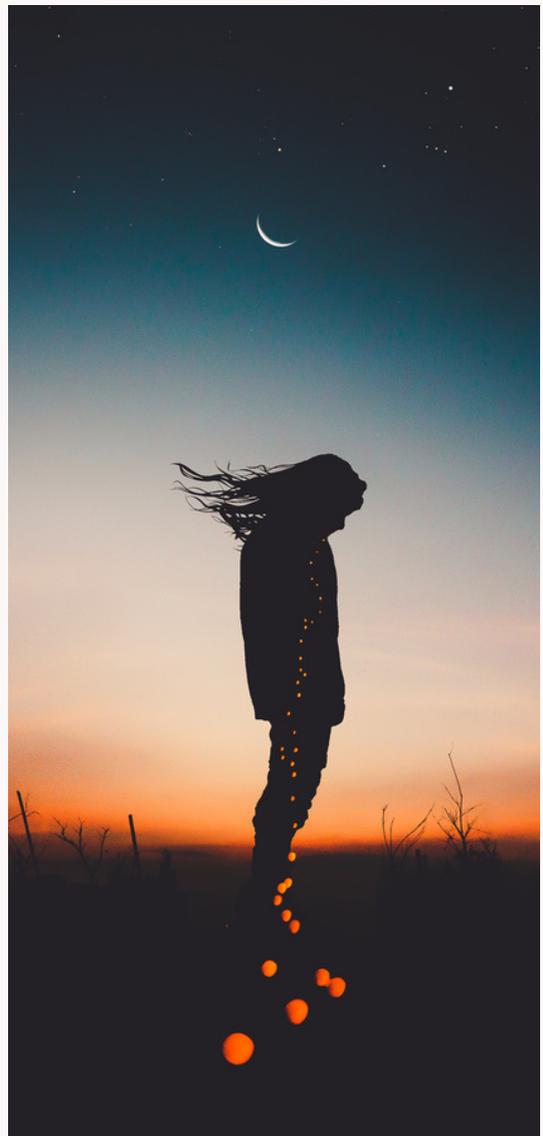


La Nouvelle Lune est un temps d'écoute intérieure et de visualisation.

C'est la période idéale pour fermer la porte à l'ancien et se préparer à en ouvrir une nouvelle, en tenant compte des réussites et des échecs antérieurs. C'est le moment idéal pour renaître!

Vous pouvez lors de la Nouvelle Lune:

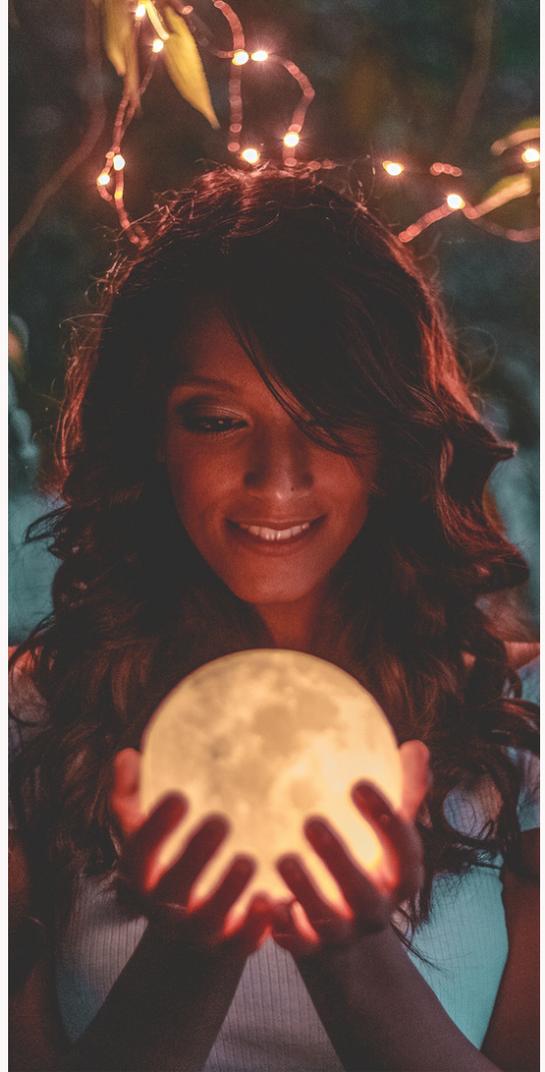
- posez vos intentions pour le mois à venir.
- vous couchez tôt
- détoxifier le corps
- prendre plus de temps pour vous seule.



La pleine Lune est un temps de prières, de vœux et de rituels. C'est la période idéale pour manifester votre vie.

Tout est possible, alors brillez, dévoilez, manifestez votre puissance intérieure.

C'est le moment idéal pour laisser s'en aller ce qui ne nous sert plus, afin de revenir dans l'alignement.



Vous pouvez lors de la Nouvelle Lune:

- Dévoilez le pouvoir qui est en vous au grand jour.
- Embrassez votre phase de création.
- Donnez vie à vos idées.
- prenez plus de temps pour vous seule.





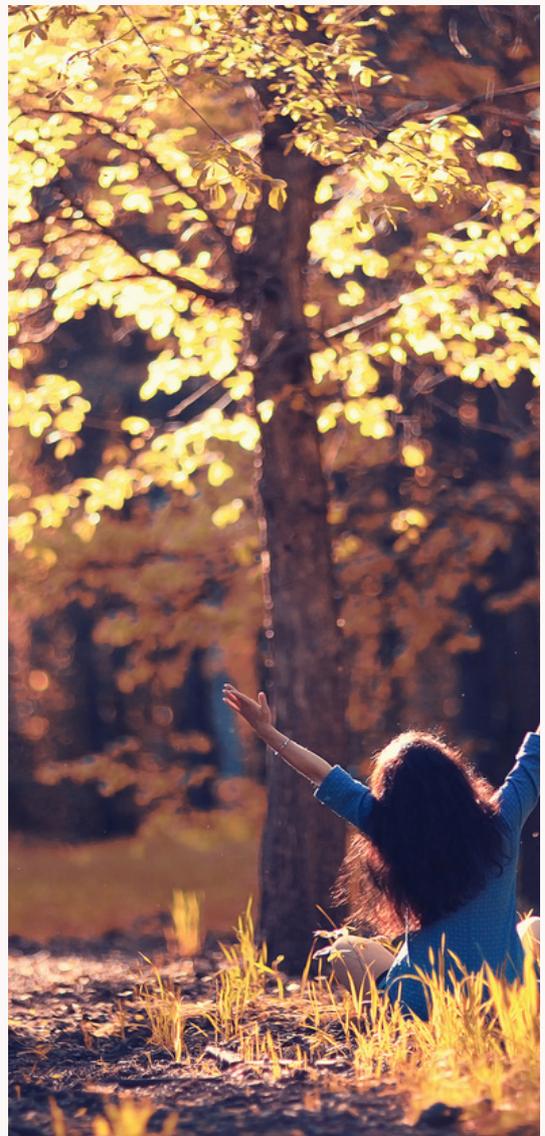
PRENDRE DU
TEMPS POUR
SOI

Dans le monde trépidant d'aujourd'hui, il est si facile de se laisser emporter par l'agitation de notre vie quotidienne.

Nous jonglons constamment avec nos engagements professionnels, familiaux et sociaux, nous laissant très peu de temps pour nous-mêmes. Mais il est essentiel que nous n'oublions pas de prendre du recul et de donner la priorité aux soins personnels.

Prendre du temps pour soi n'est pas égoïste ; c'est un acte nécessaire d'amour-propre.

Il s'agit de nourrir votre esprit, votre corps et votre âme afin que vous puissiez apparaître comme la meilleure version de vous-même dans tous les domaines de votre vie.



Vous pouvez:

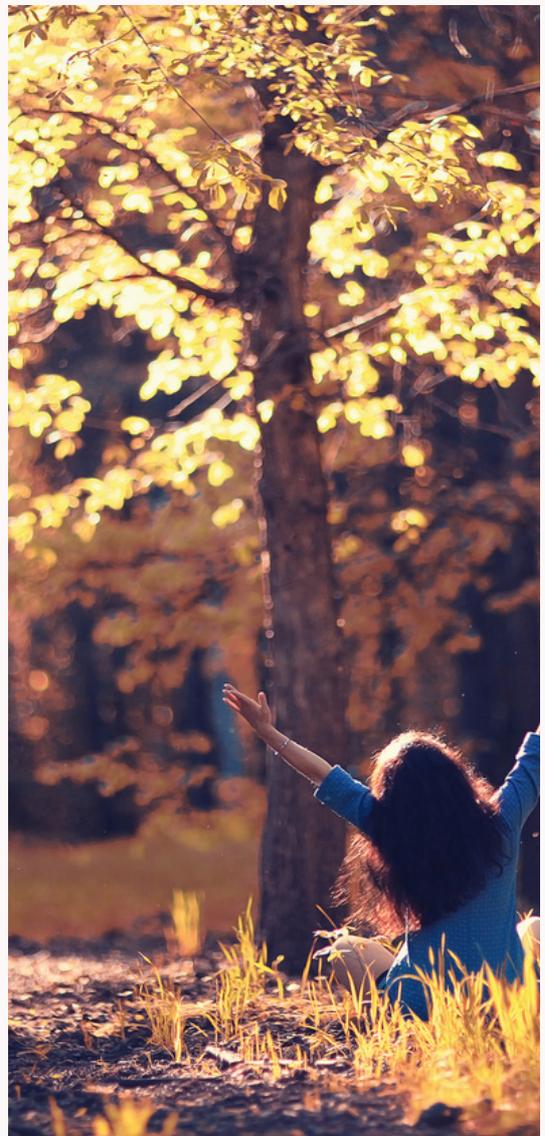
- prendre un bain moussant,
- lire un livre,
- faire une promenade dans la nature
- simplement de vous asseoir en silence et appréciez le vent ou la chaleur di soleil.
- Dessiner ou peindre

Trouvez ce qui vous apporte joie et paix.

Accordez-vous la permission de ralentir, de vous ressourcer et de vous recentrer.

Déconnecter pour se reconnecter

Alors, faites une pause, respirez profondément et faites de vous une priorité!



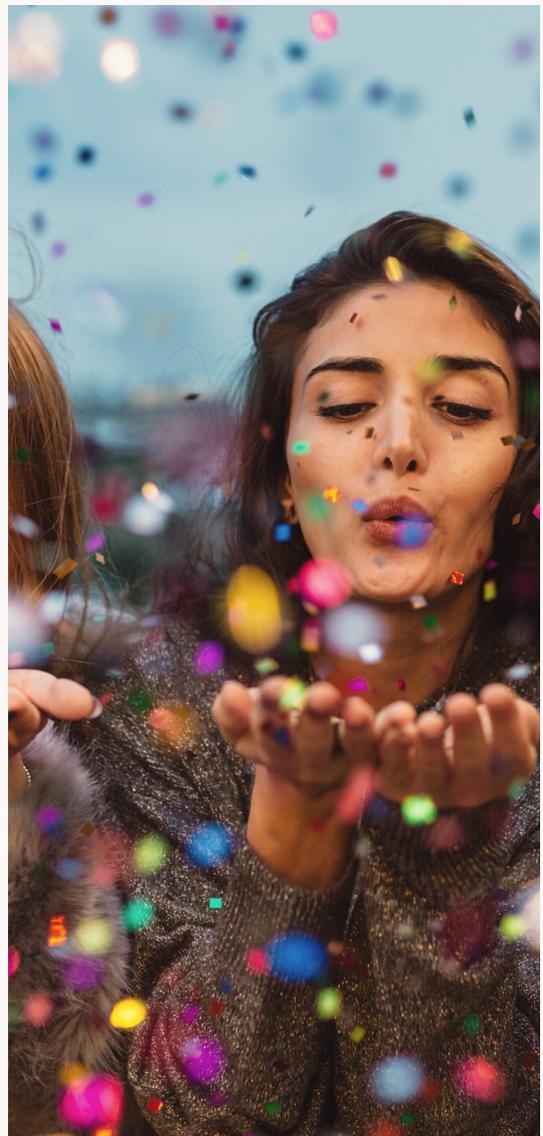
A photograph of two women in a festive setting, blowing colorful confetti. The woman on the left has blonde hair and is looking towards the camera. The woman on the right has dark hair and is blowing confetti with her mouth open. The background is a soft, out-of-focus blue with many colorful confetti pieces floating in the air. A white rectangular box is overlaid on the bottom half of the image, containing text.

PARTICIPEZ
À DES
CERCLES
DE
FEMMES

Je t'invite à participer à un cercle de femmes pour t'offrir un merveilleux cadeau qui est celui de prendre soin de toi!

Un cercle te permettra:

- Te connecter à ton essence divine et à ton féminin sacré
- De guérir de tes blessures
- Dépasser les difficultés que tu rencontres
- Te sentir écoutée et soutenue, sans jugement et avec bienveillance.
- Faire l'expérience de la sororité.
- Développer une meilleure connaissance de soi.
- Libérer tes émotions.
- Renforcer la confiance en soi.





PARTICIPEZ A
DES
CÉRÉMONIES
CACAO

QU'EST CE QU'UNE CÉRÉMONIE CACAO

Le Cacao est utilisé comme boisson sacré depuis des milliers d'années en Méso-Amérique, dans des rituels et des rites de passage (tel que la création, la fertilité, la renaissance) et pour ses bienfaits nutritionnelles et curatifs.

Le cacao cérémoniel est un outil d'introspection puissant et magique qui allie douceur, efficacité, et respect de votre sensibilité. Lors d'une cérémonie, il est utilisé de manière intentionnelle et sacrée et est respecté comme une plante médicinale.

Le cacao utilisé lors des cérémonies est appelé « cacao de grade cérémoniel ». C'est un cacao de haute qualité, cultivé et traité avec beaucoup de soin et d'intention. Il est fabriqué à partir de fèves de cacao de haute qualité, il est traité de manière minimale par des moyens de production traditionnelles et ancestraux. Aucun sucre n'est ajouté lors de sa transformation.

Le cacao est connu comme une médecine qui « ouvre le cœur » et qui aide à élargir notre compréhension et notre conscience. On l'appelle aussi la médecine du Cœur.

Les cérémonies cacao peuvent se dérouler de différentes façons : danse, chant, musique, voyage sonore peuvent être proposés pour soutenir le voyage intérieur. Une intention est posée en début de cérémonie pour guider le voyage et initier le travail de guérison.

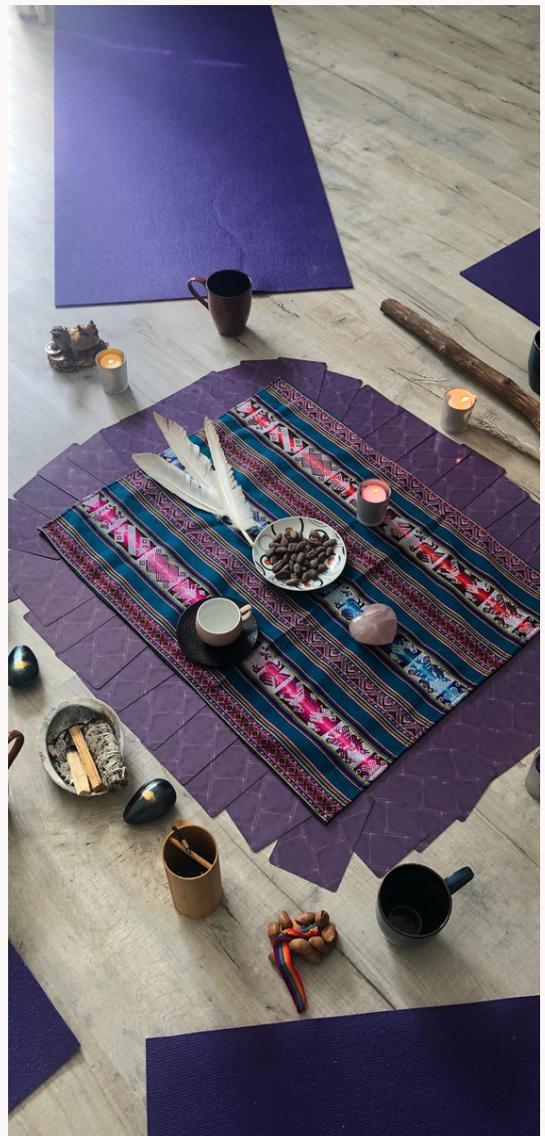
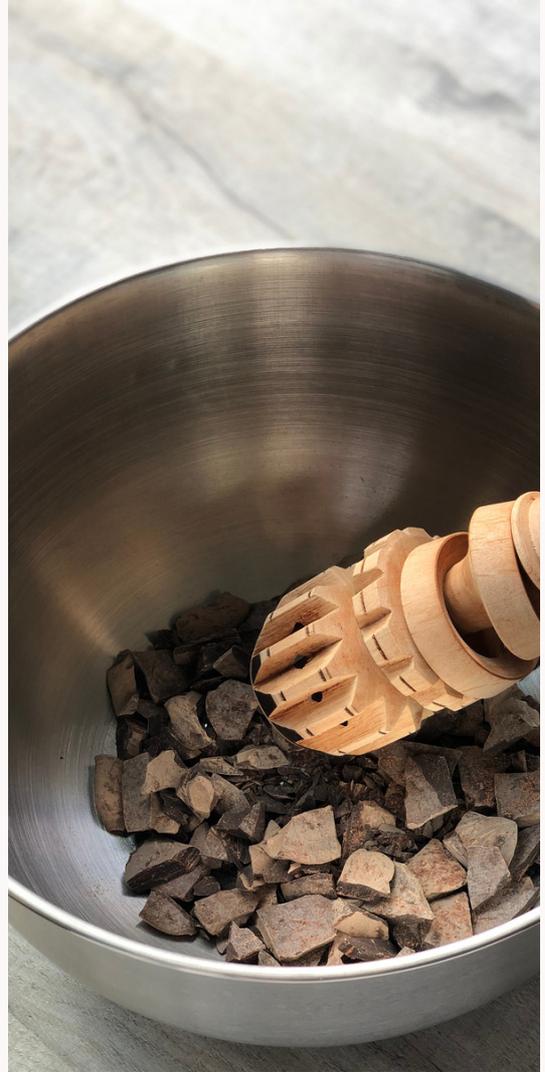
Lors d'une cérémonie Cacao, la Gardienne du Cacao prépare et respecte le Cacao comme plante médicinale et sacrée. Elle connaît les dosages appropriés lors de la cérémonie pour plonger dans la médecine du cacao. Elle accompagne, guide et protège le cercle pour faciliter le voyage intérieur en toute sécurité.

Je t'invite à participer à une cérémonie cacao.

Une cérémonie te permettra de:

- mieux te connaître
- aller à la rencontre de son Moi profond
- poser une intention
- obtenir des réponses sur notre chemin de vie
- ouvrir ton coeur, ton chackra du coeur

Formée aux cérémonies Cacao, facilitatrice de cercles et voyageant avec la médecine du Cacao sur mon propre chemin de vie, ce sera avec joie de partager avec vous une cérémonie, cérémonie d'ouverture du Cœur.





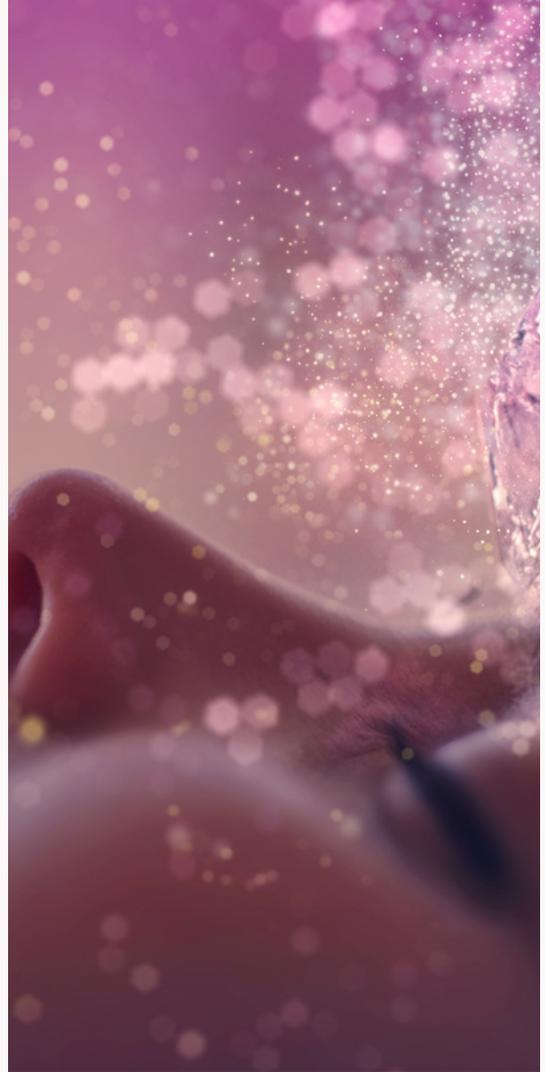
FAITES DES
SOJNS
ÉNERGETIQUES
DE GUÉRISON
DE L'ÂME

Vous vous ouvrez à la possibilité que vos douleurs physiques/maladies peuvent être liées à vos blessures du passé, un quotidien qui ne vous convient plus ou au poids des lignées transgénérationnelles.

Vous vous sentez prêt(e) à vous libérer le poids de vos blessures du passé, de cette vie ou de vies antérieures.

Vous ressentez qu'il y a quelque chose de plus grand mais vous ne savez le définir.

Les soins de guérison de l'âme sont merveilleux pour venir guérir ce que votre âme est venue chercher et venue se libérer ici et maintenant, dans cette incarnation.



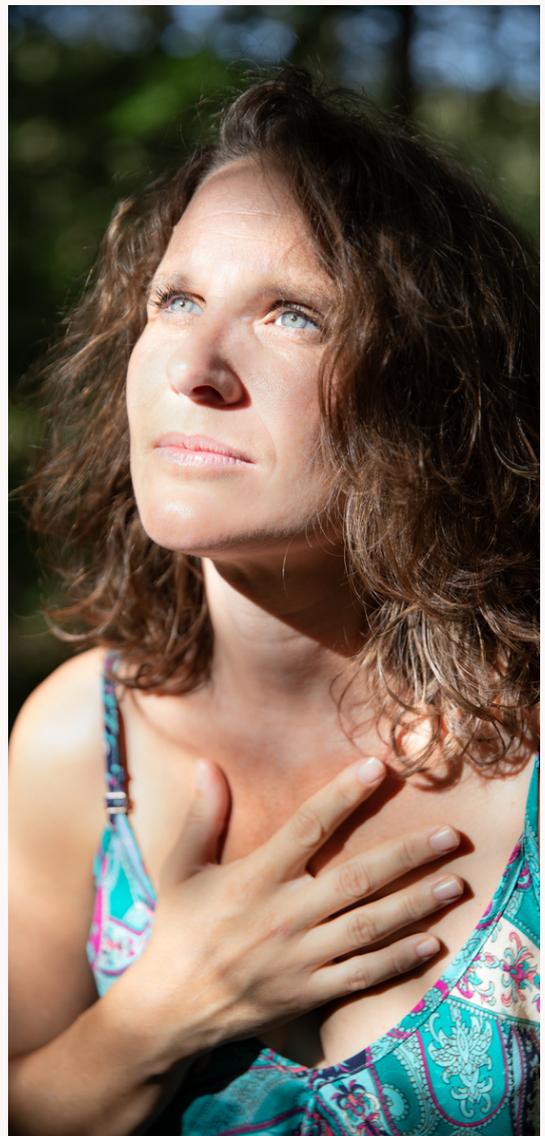
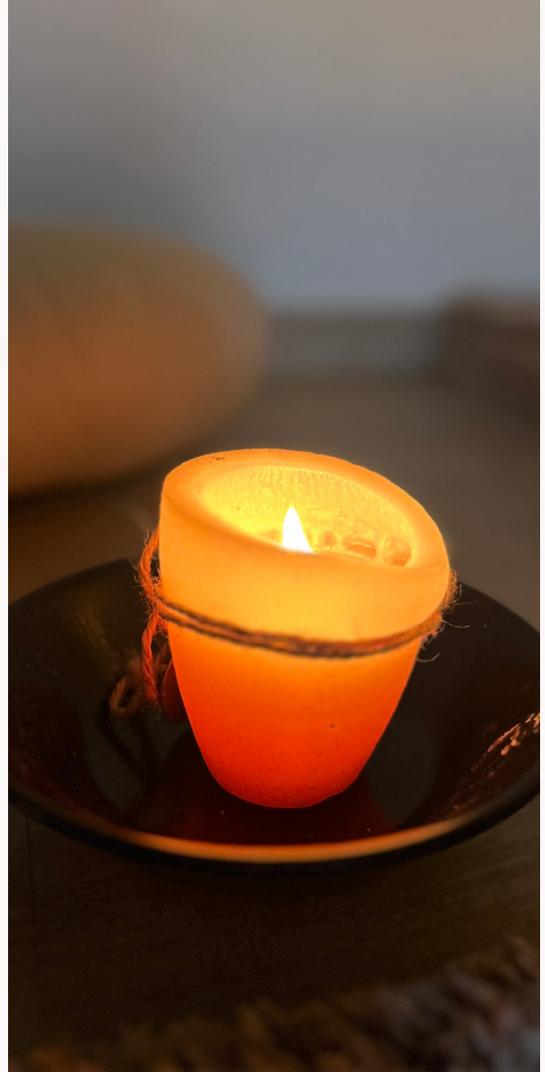


FAITES DES
RITUELS

Pratiquer des rituels nous permet de revenir au sacré, à l'essentiel et à l'instant présent. ils nous permettent de nous relier à quelque chose de plus grand que nous, à notre Terre Mère, à nos guides et nos ancêtres.

Un rituel n'a pas nécessité d'être complexe, il peut s'agir d'allumer une bougie, de se promener en forêt en conscience, de lire un livre, de poser des affirmations positives.

Vous pouvez également, installer un autel chez vous, où vous pouvez y déposer bougies, pierres, encens, images de divinités, déesses.... et venir vous recueillir quelques minutes par jour pour honorer la vie, honorer ce qu'elle vous offre au quotidien.





MON
ACCOMPAGNEMENT

Comment je peux t'accompagner?

Tous les évènements que je vous propose sont ancrés dans l'énergie du féminin sacré et du masculin sacré, ces magnifiques puissances qui sont en chacun de nous, qui ne demandent qu'à être explorées, équilibrées pour nous guider et nous aligner.

Les cercles sont pour moi des moments uniques et magiques de guérison, d'introspection et de reconnexion à nous même, tout en étant soutenue et accompagner par l'énergie du cercle. Mes accompagnements en individuels se veulent holistiques s'appuyant sur 3 piliers: le corps, le mental et le spirituel.

Mes cercles:

- Cérémonies Cacao
- Cercles de femmes
- Cercle Yoga et Cacao

En 1:1 au cabinet ou en visio:

- Mentorat Spirituel
- Boost Cacao 21j
- Accompagnement Féminin sacré
- Soins de Guérison de l'âme
- Soins sonore



AU PLAISIR

LAETITIA MALLET
WWW.BEBEBAO.FR

