

# Chronique

## FÉMININ SACRÉ

SYLVIE BÉRUBÉ, thérapeute et conférencière

[www.femininsacre.com](http://www.femininsacre.com)

## Honorer la beauté du féminin

La beauté des femmes réside dans le bien-être, dans le bonheur. Il devient alors important d'investir dans le bien « Être » plutôt dans le bien « Paraître » : prendre du temps pour soi afin d'améliorer son état physique, émotionnel, mental et spirituel. Ce n'est pas l'extérieur, la taille, le poids, la couleur des cheveux, des yeux qui déterminent la beauté féminine. C'est ce qui émane de l'intérieur de la personne : son être, sa dimension féminine très subtile et l'essence même du « Féminin sacré » que toutes les femmes portent en elles attirent et créent un charisme, un magnétisme très puissant chez l'autre.

### Qu'est-ce qu'une « belle » Femme?

- Une femme qui est bien avant tout dans son corps. Son corps est souple, détendu, libéré de ses cuirasses, de ses tensions, de ses protections. Elle utilise des approches comme la « Méthode de Libération des Cuirasses (MLC<sup>®</sup>), le yoga, etc. La femme peut alors être vraie, authentique, sans masque, sans artifice, naturelle.

- Une femme qui est en amour, avec elle-même, avec la vie, avec les autres. Elle a une bonne relation avec elle-même. Elle sait prendre soin d'elle et a le cœur ouvert avant tout à elle-même pour ensuite être généreuse et l'ouvrir aux autres.
- Une femme qui est bien dans son esprit, qui n'est point limitée par toutes sortes de croyances négatives sur elle-même ou sur la vie. Elle est maîtresse de sa vie, car elle crée sa vie par la pensée créatrice.
- Une femme qui est près de ses émotions, qui les exprime, autant sa joie que ses peurs, sa peine, sa colère. Elle sait gérer ses émotions et se laisser guider par elles.
- Une femme qui est près de son âme, qui fait rayonner son essence profonde en agissant et en contribuant dans le monde.

La beauté du « Féminin sacré » réside dans son essence profonde : sa tendresse, sa douceur sa sensibilité, sa spontanéité, mais aussi sa force et sa puissance. Soyez belle et irradiez qui vous êtes dans toute votre splendeur!