



*Hello à tous et toutes !*

## *Téléclasse 6*

*Etre à votre juste place*

---

*Dans votre activité et votre vie*

## **Juste place ?**

---

**Mon approche :**

**ne pas se battre ou être dans la lutte pour prendre sa place**

**→ conflit, dur labeur, mentalisation, complication**

## **Juste place ?**

---

**Nous allons préférer trouver le curseur d'équilibre entre :**

- **Votre espace**
- **Votre positionnement**
- **Votre rythme**

7 DIMANCHES  
PAR SEMAINE

*Espace*

---

*Avec l'élément air, le vent*

## Mon espace

---

C'est la sensation de fluidité et de respiration dans votre vie et dans votre activité :

- Est-ce que je respire : dans ma vie et dans mon activité ?
- Est-ce que les événements et opportunités arrivent facilement à moi ?
- Ai-je le sentiment de fluidité dans la mise en place de mes actions ?

## Mon espace

---

C'est un espace physique où je peux créer, où je peux m'isoler et décider d'être seule (qqm<sup>2</sup> suffisent) ! :

- Ai-je la possibilité d'avoir du silence ? D'être seule ? De fermer la porte et laisser les autres à l'extérieur ?
- Puis-je me recueillir et réfléchir sans stress ? → images inspirantes
- Ai-je un espace clair et rangé devant moi ?

## **Quand je manque d'espace ...**

---

Généralement vous manquez d'air et de souffle, et être oppressée.

→ Être trop attaché au résultat et mettre trop d'enjeu

→ Être dans le dur labeur et s'identifier au « Faire », « si je ne fais pas , je n'aurai pas » : penser que tout vous appartient et dépend de vos actions

## **Récupérer de l'espace = Rentrer chez soi ...**

---

- Revenir dans son « espace intérieur » et arrêter de courir pour attraper qqchse (client, visibilité)
- « Faire » sans attendre un résultat : je pose mon intention (vibration) et je connais mon objectif et « j'oublie », je lâche
- Voir les choses se dérouler devant vous, ce n'est pas VOUS



## Petit exercice ... pour lâcher

---

Ce qui  
m'incombe

- -----
- -----

Ce qui ne  
m'incombe pas

- -----
- -----

7 DIMANCHES  
PAR SEMAINE

*Mon Rythme*

---

*Avec l'élément terre*

## **Etre dans le rythme de la Vie**

---

C'est considérer l'impermanence et être centré sur le seul temps existant : le Présent, même dans son activité ...

- Je suis dans ce qui est en ce moment et dans l'action que je vis au lieu d'être dans « l'étape 6 et me demander comment faire » !

## **Le rythme avec votre Activité: votre danse**

---

Mon rythme est lié à mon rapport au temps et aux autres

- *Quel est mon temps de repos ? D'inspiration seule ?*
- *Avec ma famille ?*
- *Avec mon Amoureux ?*
- *Avec la société ?*
- *Avec mon activité ?*

## **Le rythme avec votre Activité: votre danse**

---

Comme vous votre Activité a besoin de différents temps pour s'expanser

### *Une danse à 5 temps*

*1/ Un temps pour être et se connecter à son 6<sup>ème</sup> sens :*

*→ silence, intimité : une retraite 1/2j par mois*

*2/ Un temps pour révéler, et créer :*

*→ production de la matière, du contenu, du fonds*

## **Le rythme avec votre Activité: votre danse**

---

Comme vous votre Activité a besoin de différents temps pour s'expanser

### *Une danse à 5 temps*

*3/ Un temps pour articuler, mettre en ordre :*

*→ décider de la tactique et des actions que je souhaite vivre*

*4/ Un temps pour se déployer et rayonner en société :*

*→ je montre et j'affiche par des actes, des images, des mots mon Nectar*

*→ valeur prospective de coeur*

## **Le rythme avec votre Activité: votre danse**

---

Comme vous votre Activité a besoin de différents temps pour s'expanser

*Une danse à 5 temps*

*5/ Un temps pour donner et aimer :*

*→ transmettre à mon client, offrir mon nectar*

7 DIMANCHES  
PAR SEMAINE

*Mon Positionnement*

---

*Avec l'élément bois*



## **Je suis autonome et responsable**

- Je reconnais que mon activité a la valeur que je lui accorde : plus je l'estime, plus je lui donne de l'importance plus elle prend sa place.
- Mon activité ne me donne pas ma valeur : mon Être ne dépend ni de mes échecs ni de mes réussites dans mon activité.
- Je ne laisse personne émettre un jugement sur mon activité : ni mon mari, ni mes clients, ni mes partenaires

## Auprès des Miens...

- J'informe de mes décisions, je ne demande pas d'autorisation
- J'informe des moments où je ne veux absolument pas être dérangée (je mets en place des codes si besoin)
- Je ne justifie pas mon temps de travail.
- J'évite d'inclure mon partenaire comme « conseiller » dans ma stratégie

## **Auprès de mes clients et partenaires...**

- Je ne me positionne pas comme débutante ayant besoin de recevoir des conseils : je suis humble mais sûre de ma valeur
- Je ne marchand pas mes prix
- Je ne supplie pas un partenaire de travailler avec moi parce qu'il affiche une réussite
- Je parle avec le cœur et je ne rentre pas dans le besoin d'affichage de la réussite

7 DIMANCHES  
PAR SEMAINE



*“Laisse le temps faire son affaire”*

---

*Paulette Samis Deléger (ma grand-mère)  
1928-2004*