

Exercice

Argent et sexualité

PROPOSITION D'EXERCICE D'ÉCRITURE POUR ALLER VERS UN MIEUX-ÊTRE INDIVIDUEL ET COLLECTIF

Cette fiche d'exercice est en lien avec le podcast #42. partie 2/3

<https://www.love-health-center.org/podcast/reflexions-argent-sexualite-42-2/>

Prenez le temps de développer une réponse par jour de manière fouillée. Prenez le temps de vous découvrir. Cette liste de question n'est pas une course, c'est un chemin à parcourir à votre aise en savourant les étapes. Dormez avant de répondre. Laissez-vous inspirer par une sieste en sachant que des éléments de réponse importants vous parviendront.

Dormez sur vos réponses. Etoffe. Sentez le processus de transformation de la relation à l'argent et à la sexualité.

Question/Exercice 1

Et si vous investissiez en vous? plutôt qu'à l'extérieur.

Que choisiriez-vous de faire aujourd'hui, tel que vous êtes (devenu) ?

Et si vous investissiez en vous pour améliorer votre sexualité, que feriez-vous?

Question/Exercice 2

Est-ce que l'argent dirige votre vie? De quelle manière? Développez.

Question/Exercice 3

Connectez-vous 30 secondes à l'argent, comment évolue votre énergie vitale? Diminue-t-elle, augmente-t-elle?

Connectez-vous 30 secondes à la sexualité, comment évolue votre énergie vitale? Diminue-t-elle, augmente-t-elle?

Sentez-vous une source de motivation et de joie, ou de freins, de limites, de blocages que vous avez choisi par le passé pour des raisons qui ne sont peut-être plus, et que vous pourriez laisser partir?

Exercice

Argent et sexualité

PROPOSITION D'EXERCICE D'ÉCRITURE POUR ALLER VERS UN MIEUX-ÊTRE INDIVIDUEL ET COLLECTIF

Cette fiche d'exercice est en lien avec le podcast #42. partie 2/3
<https://www.love-health-center.org/podcast/reflexions-argent-sexualite-42-2/>

Question 4 : Intimité à votre vie

Votre relation à l'argent en suffisance et à une sexualité épanouie vous révèlent à votre intimité à la vie, à vos rêves, à vos désirs les plus essentiels intimes, à vos fantasmes.

Quelle conscience y mettez-vous? Quelle conscience mettez-vous pour suivre vos désirs les plus profonds?
Quelle créativité y mettez-vous? Quelle créativité (nouveau) pourriez-vous y apporter?

Question 5

Si vous deviez choisir un autre mot/symbole pour la "bourse" (financière), que choisiriez-vous?

Question 6 : Valorisations

Etes-vous riche ou pauvre dans vos manières de valoriser (d'après votre propre évaluation)?
Comment valorisez-vous votre partenaire? A quel point vos manières de valoriser ce que vous appréciez sont-elles diversifiées? Que pourriez-vous changer, améliorer pour commencer à diversifier beaucoup plus vos manières de valoriser ce qui vous fait du bien tout au long de la journée?

Exercice

Argent et sexualité

PROPOSITION D'EXERCICE D'ÉCRITURE POUR ALLER VERS UN MEUX-ÊTRE INDIVIDUEL ET COLLECTIF

Cette fiche d'exercice est en lien avec le podcast #42. partie 2/3
<https://www.love-health-center.org/podcast/reflexions-argent-sexualite-42-2/>

Question 7 : Achats

Quelle est votre émotion quand vous payer une facture? (vos achats et contributions)

Etes-vous fier et en joie?

A quoi contribuez-vous?

Comment pourriez-vous éprouver plus de joie lors des paiements à ce que vous contribuez?

Que changeriez-vous? Quels sont toutes les choses que vous pourriez faire pour rendre cet acte plus joyeux?

Question/Exercice 8 : Contexte

Quel est le contexte dans lequel je me place pour vivre ma sexualité?

Ma sexualité se retrouve dans le contexte suivant :

Ma sexualité prend place et s'exprime dans le contexte suivant :

Comment pourriez-vous changer votre contexte (aussi simplement soit-il) pour vous correspondre davantage?

RDV dans la partie 3/3 du podcast #42 pour la suite des questions
<https://www.love-health-center.org/podcast>