

## Programme La Voie de la FEMME ESSENTIELLE:

### "Souveraine de votre vie - Créatrice de votre bonheur"

Quand l'amour de soi ouvre la porte à l'amour pour l'autre



Peut-être :

- vous avez envie de faire quelque chose pour améliorer les choses dans votre couple, mais votre partenaire dit qu'il n'en a pas besoin et vous croyez que toute seule vous ne pouvez rien faire ; alors vous vous sentez impuissante, comme bloquée à cause de votre partenaire et peut-être très fâchée.

Je vous rassure tout de suite : **TOUTE SEULE VOUS POUVEZ FAIRE QUELQUE CHOSE**

- vous vous sentez tiraillée et confuse entre le respect de vos besoins et les attentes de votre partenaire. Peut-être vous croyez que exprimer l'amour envers votre partenaire signifie être centrée sur lui et vous vous culpabilisez facilement quand vous faites simplement ce qui est juste pour vous.

**L'AMOUR VERITABLE NE VOUS DEMANDE JAMAIS  
DE RENONCER A CE QUE VOUS AIMEZ.**

- vous sentez que quelque chose s'éteint en vous et vous avez de moins en moins envie de faire l'amour ou peut-être carrément aucune envie sexuelle.

- vous n'êtes pas vraiment malheureuse dans votre relation, mais vous aspirez à autre chose de plus profond qui nourrit la FEMME que vous êtes. Vous êtes comme fatiguée d'une certaine version de vous-même, mais vous ne savez comment laisser votre femme essentielle enfin vivre.

## Ce programme s'adresse :

- aux femmes en couple qui sont fatiguées d'une stagnation ou d'une situation difficile.
- ou bien aux femmes célibataires qui ont envie dans leur prochaine relation d'attirer dans leur vie un partenaire plus en lien avec leurs valeurs profondes.
- ou bien à toute femme qui veut évoluer dans la voie de la FEMME ESSENTIELLE.

Ce programme d'accompagnement personnalisé peut vous aider à vraiment :

- reprendre votre pouvoir sur votre vie pour ne plus subir une situation qui vous pèse.
- à vivre beaucoup plus en accord avec vous-même dans toutes vos relations.
- à voir beaucoup plus clair en vous.
- et à apprendre comment créer en vous-même les fondations d'une relation aimante dans laquelle il est possible de s'épanouir et d'être vraiment soi.

Les couples ne se font pas par hasard. Si vous avez attiré dans votre vie tel ou tel partenaire, si vous vivez tel ou tel challenge dans la relation, ce n'est pas un hasard ; c'est pour apprendre quelque chose d'essentiel pour votre vie, apprentissage qui ne serait pas possible si vous n'étiez pas confrontée à cette situation. C'est l'infinie sagesse de l'univers, pas toujours confortable à vivre, mais qui nous pousse toujours, qu'on le veuille ou non, dans la direction de notre évolution.

## Ce programme s'adresse aux femmes engagées à évoluer pour redonner à leur vie toute sa valeur, sa couleur, sa beauté.

Dans ce programme, vous allez :

- Apaiser l'émotionnel pour y voir plus clair et faire baisser le niveau de stress. Quand l'émotionnel est à fleur de peau, le mental est très agité, on est dans la confusion et c'est épuisant à tous les niveaux.
- Grandir et apprendre de vos émotions. C'est une clé essentielle de votre libération. Nous pouvons beaucoup apprendre de nous-mêmes pour avancer vers plus de bonheur en soi, en regardant nos émotions autrement. En devenant plus conscientes de nous-mêmes et en transformant nos émotions les plus difficiles, nous réduisons considérablement le risque de commettre toujours les mêmes erreurs dans la relation.
- Apprendre à vous positionner dans un cadre de sécurité face au partenaire dans ce qui est le plus juste pour vous, sans entrer dans la justification pour prouver que vous avez raison et sans vous excuser de vous positionner dans votre vérité. Vous allez découvrir comment vous exprimez, non plus depuis votre mental, mais depuis un lieu en vous où vous vous sentez détendue et portée, dans le respect de vous-même et de l'autre. Ceci est particulièrement fondamental dans la relation de couple, pour ne pas systématiquement vous ajuster à l'autre et taire ou ravalier ce qui est important pour vous par peur de la réaction de l'autre. C'est un point crucial où beaucoup de femmes éprouvent beaucoup de résistance. Votre capacité de faire cela va changer quelque chose dans la relation.

**VOUS POSITIONNEZ NE SIGNIFIE PAS ENTRER EN CONFLIT.**

**C'EST SIMPLEMENT EXPRIMER CE QUI EST JUSTE POUR VOUS  
DEPUIS VOTRE CŒUR SACRÉ.**

- Apprendre à vous connecter de plus en plus au niveau de l'âme pour prendre vos décisions depuis une sagesse intérieure qui est accessible là, plutôt que de prendre vos décisions depuis vos peurs, blessures non résolues, émotions ou croyances négatives.

- Apprendre à vivre votre vie depuis vos valeurs définies par vous depuis votre cœur profond, et non depuis des valeurs définies par le partenaire, la société, la famille, la religion, la culture.
- Apprendre à vraiment vous aimer davantage pour qui vous êtes (et non pour ce que vous faites) et vous donner de l'amour là où systématiquement vous avez tendance à vous rejeter. Être capable de se donner de l'amour à nous-mêmes, en toutes circonstances, nous rend plus forte, plus autonome, libérant largement nos relations de notre propre co-dépendance.
- Apprendre une nouvelle façon de résoudre vos difficultés relationnelles.
- Découvrir c'est quoi vivre une relation d'amour à soi-même dans le concret, et depuis là retrouver de l'enthousiasme, être plus positive, plus légère, plus solide sur vos jambes, plus libre d'être vous-même dans vos relations.

## UNE RELATION D'AMOUR A SOI-MÊME EST LA FONDATION POUR VIVRE UNE RELATION D'AMOUR A L'AUTRE.

Ce programme comprend 13 méditations :

- 4 méditations sur l'amour de soi à télécharger.
- 4 méditations sur la lumière de soi à télécharger.
- 3 méditations pour la résolution des émotions et des blocages à télécharger.
- Tout un fascicule d'accompagnement pour "Transformer émotions et croyances négatives", comme un outil indispensable pour clarifier et pouvoir transformer ce qui vous limitent et vous enferment.
- 6 séances privées de 1h30 avec moi sur rendez-vous (une séance par mois).
- 2 méditations cadeaux offertes à télécharger.

Ce programme est à faire sur 6 mois, max 7 mois. Il coûte 798 frs au lieu de 975 frs.

Vous pouvez payer la totalité en une fois ou bien par tranches de la façon suivante :

- en 3 tranches : 275 frs le jour de l'inscription, puis 275 frs après la 2e séance, puis 275 après la 4e séance.
- en 6 tranches : 140 frs le jour de l'inscription, puis 140 frs tous les mois pendant 5 mois.

Ce programme peut-être payé cash ou par virement bancaire au nom de Catherine Brüscheiler à l'UBS à Nyon, IBAN : CH46 0022 8228 E011 8825 2

**Pour celles d'entre vous, qui n'ont jamais travaillé avec moi, je vous offre, si vous le souhaitez, un entretien téléphonique de 20 min pour que vous puissiez poser vos questions et clarifier si ce programme est pour vous.**

Politique d'annulation : L'option de payer en 3 ou 6 tranches est proposée pour aider les personnes qui ne peuvent pas payer le montant total au départ et merci d'honorer cela. **Les annulations de paiement ne sont pas acceptées une fois que vous vous êtes engagés dans le programme. Il vous est demandé de payer le montant total même si vous décidez d'arrêter ce travail thérapeutique avant l'utilisation de toutes vos séances.**

Pour les femmes qui le souhaitent, il est possible d'ajouter du coaching par mail entre les séances et ainsi bénéficier de davantage de guidance et d'encadrement. Si cela vous appelle, il suffit d'ajouter dès le départ 180 frs supplémentaires pour cette prestation.

### TEMOIGNAGES :

"Avant de suivre le programme " **Souveraine de votre Vie - Créatrice de votre Bonheur** ", je me sentais perdue, codependante, en besoin perpétuel de reconnaissance, être parfaite, tout contrôler. Je me laissais envahir par mes

pensées négatives, mon instabilité émotionnelle .Aujourd'hui, je me sens plus sereine, plus en paix avec moi-même, je contrôle mieux mes émotions et j'arrive à lâcher prise. J'ai laissé ressurgir la « petite Martine » et j'ai fais la paix avec elle. J'accepte ce que je suis, j'ai repris confiance, mon mental se montre plus discret et vivre le moment présent devient une priorité, Être, tout simplement. Je conseille ce programme à toute femme pour prendre conscience que nous sommes tous capables de trouver la paix, l'amour et le lâcher prise. Le plus beau cadeau d'avoir suivi ce programme pour moi, c'est de réussir à vivre dans l'alignement de mon cœur et avoir compris que, moi seule suis Maître de ma vie avec l'aide de Dieu et que je ne suis jamais seule." Martine, Borex

"Mon plus grand avancement est de m'être positionnée dans une relation pas claire et mon succès le plus beau par le programme **Souveraine de votre Vie / Créatrice de votre Bonheur**. Grace à toi, ton aide, j'ai réussi d'avoir la force, la sérénité, les bons mots et la confiance de m'exprimer clairement. Merci ! Pendant nos échanges j'ai pris conscience de mon amour pour moi. Le mantra que tu m'as donné est gravé en moi et m'aide énormément dans des situations où j'ai un sentiment de culpabilité, d'énerverment ou quand mon ego n'est pas trop content. Dans les méditations, j'ai pu vivre et sentir mon unité avec le cœur sacré, mon enfant intérieure, ma lumière et avec l'univers. Tes questions et ton feedback pendant nos discussions m'ont aidé de prendre conscience de mes sujets à « travailler », mes limitations à intégrer et à les lâcher. Tu m'as guidé et j'ai adoré ta franchise et ta façon d'appuyer sur mes « boutons » pour découvrir et prendre conscience de ce qui a besoin de guérir afin que je puisse avancer. Aujourd'hui je suis attentive à ce que je ressens, ce que je dis et j'essaie d'écouter mon cœur avant de parler. Je continue à méditer, suis attentive à mes émotions et j'essaie d'être vrai à chaque instant. Tes supports d'enseignements m'aident aussi encore énormément, je les prends encore et les relis avec une nouvelle conscience. J'ai vécu ma renaissance dans la confiance et aujourd'hui je me sens en paix sur mon chemin de l'âme. Je me sens plus libre et sincèrement en paix et heureuse. Du fond de mon cœur je te remercie pour ta lumière et ta guidance. Je suis remplie de gratitude et encore 1000 MERCI !!!! " Anna

" Avec le programme **SOUVERAINE DE VOTRE VIE, CRÉATRICE DE VOTRE BONHEUR**, Je me sens plus connectée à mon moi intérieur, plus vivante, plus à l'écoute aussi de mon potentiel féminin. Je l'écoute plus, lui laisse plus d'espace pour grandir, pour vivre. La flamme, la lumière, que j'ai en moi est plus présente et si je viens à l'oublier, ce qui est de moins en moins le cas, je baisse le rythme, ralentis et je la ressens instantanément. Avant, je n'en avais pas conscience du tout. J'avais un manque de conscience de mon potentiel féminin, je me sentais éteinte, fade, pas lumineuse. La femme en moi était beaucoup plus automatisée, voire absente. Le côté féminin était une enveloppe uniquement, mais mon féminin était enfoui, comme étouffé par le rythme du quotidien, de la logistique... il était en moi mais je ne lui laissais aucune place et ne lui laissais pas l'occasion de s'exprimer, de respirer, je n'étais pas du tout à son écoute. Je marchais toujours vite, comme un soldat. Maintenant, je souris plus à la Vie, je fais les choses plus lentement, plus en conscience car le féminin en moi, pour pouvoir s'épanouir, demande de la lenteur et ne peut vivre dans la précipitation et l'étouffement. Aujourd'hui je me sens beaucoup plus féminine, aussi je me surprends à penser que j'irradie parfois. Beaucoup de gens me disent être lumineuse, les traits moins tirés, plus épanouie. Le plus beau cadeau c'est aussi de pouvoir me regarder dans un miroir et me sentir belle, de vivre en ressentant ma féminité en moi alors que j'étais coupée de cela avant. C'est comme si j'avais ouvert des valves et que maintenant le féminin circule en moi." Nicole

**Si vous avez une question spécifique à me poser  
avant de vous engager, n'hésitez pas à me contacter au 079 458 00 39 ou sur [www.souvriralamour.ch](http://www.souvriralamour.ch)**

**"Votre bonheur réjouit mon cœur.  
Votre épanouissement enrichit ma vie.  
Votre amour pour vous-même donne sens à ce programme que je vous propose".**



Lila Catherine Brüscheweiler est Love Priestess, Catalyseur de transformation intérieure et fondatrice de La Joie de Vivre - Espace Yoga & Thérapies à Borex (Nyon). Elle a une très grande expérience du travail sur soi. Elle est passionnée par enseigner aux femmes et aux couples la Voie de l'Amour Véritable, de la Liberté intérieure dans la relation et de la Sexualité Sacrée Source de Vie. Elle propose un travail de conscience, de libération et de profond épanouissement, tirés du tantra, du tao, de la communication active, de la méditation, de son expérience professionnelle d'accompagnement des femmes, des hommes et de ses propres découvertes de 33 ans de vie de couple avec son bien-aimé Jörg.

Lila Catherine Brüscheweiler  
Enseignante de Yoga, Alchimiste du Bonheur & Love Priestess  
[www.yoga-nyon.ch](http://www.yoga-nyon.ch) & [www.souvriralamour.ch](http://www.souvriralamour.ch) - 079 458 00 39