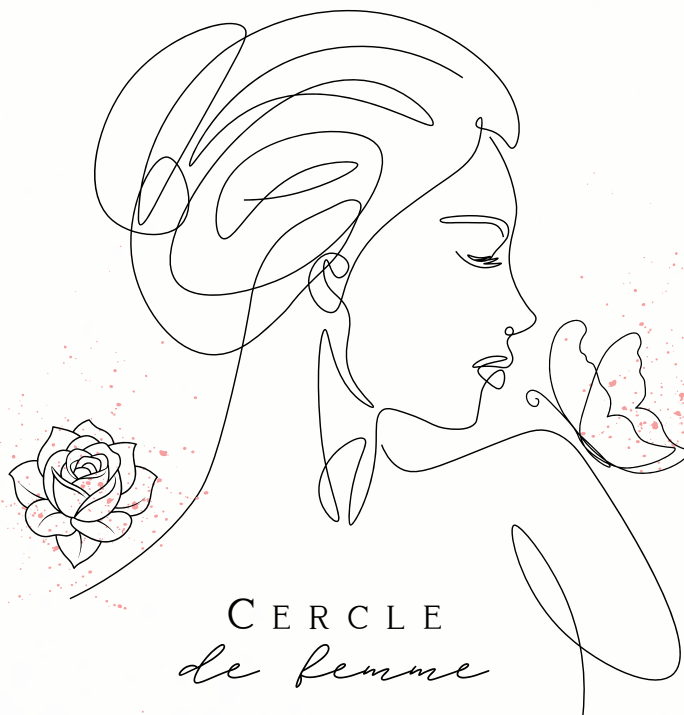


HÉLÈNE MILCENT | ATELIERS DES MILLE SENS

ENSEIGNEMENTS ET RITUELS

Pour approfondir

CERCLES *de la rose*



CERCLE
de femme

EN LIGNE LES VENDREDIS
DE 20H30 À 22H

AU PROGRAMME

Une plongée en soi pour mieux se rencontrer

La médecine de la rose est peu connue et pourtant puissante à intégrer à son quotidien afin de déployer ses potentiels et prendre conscience des trésors de son coeur et de son corps de femme.



Voici donc 4 ateliers pour permettre à chacune d'explorer ces différentes dimensions de son être :

- **Femmes Gardiennes et la médecine de la rose rouge** : initier un travail sur la sexualité féminine et son utérus, ce temple sacré que nous ne côtoyons pas assez, grâce à une méditation et à des exercices introspectifs et créatifs.
- **Femmes qui aiment et la médecine de la rose rose**, pour inviter l'amour et l'intégrer dans chacune de nos cellules. On va s'aimer...
- **Femmes souveraines et la médecine de la rose blanche** pour prendre conscience de sa force, reprendre confiance et foi qui nous permettra d'incarner les souveraines que nous sommes, en retrouvant notre couronne.
- **Femmes magiciennes et la médecine de la rose bleue**, une occasion de laisser se déployer notre magie, notre intuition et incarner pleinement la femme que nous sommes avec authenticité.

LA MÉDECINE DE LA ROSE

Une fleur aux symboles puissants



Le pouvoir des roses

La rose est une fleur emblématique, la reine des fleurs comme certains aiment l'appeler, symbole de beauté et d'amour, porteuse d'enseignements et de connaissances qui relient les femmes entre elles et leur rappelle la puissance du féminin quand il est accueilli et honoré. Et si elle évoque la douceur, sa tige et ses épines nous enseignent la persévérance qu'il nous faut pour continuer notre chemin malgré les épreuves et les souffrances. Symboliquement la rose nous permet un retour à nous-même pour parvenir au cœur si nous parvenons à garder confiance et foi.

La rose et les sens

Il existe de nombreuses variétés de roses mais la plus symbolique est la rose sauvage à 5 pétales qui évoque la quintessence, les 5 sens, les 5 éléments. Elle nous invite ainsi à transcender le monde des sens pour toucher à cet élément invisible : l'éther.

La rose et Marie

La rose est fortement liée à Marie, c'est d'ailleurs pourquoi le chapelet est aussi appelé rosaire dont la pratique nous invite à méditer les "mystères" du rosaire (des passages de la vie de Jésus) et confier des intentions de prière à l'intercession de Marie. Il est à noter que souvent lors des apparitions de Marie ou Marie-Madeleine les témoins on dit avoir senti l'odeur de la Rose.

La rose et Vénus

La rose nous ramène enfin dans les étoiles. Elle est associée à la planète Vénus, déesse de l'amour et du féminin sacré, il est incroyable de découvrir une rose à cinq pétales dessinées dans les cieux par la danse de Vénus et de la Terre autour du soleil ([voir ici](#)). Pour se relier aux pouvoirs des roses il peut-être bon aussi de lever les yeux au ciel pour se connecter à cette fleur céleste.

"C'est une folie de haïr toutes les roses, car une épine vous a piqué".

Le petit Prince



FEMMES GARDIENNES

Et la médecine de la rose rouge



Ici vous trouverez :

- Un rituel créatif : dessiner son utérus
- Un rituel corporel : danser son désir (partage d'une vidéo)
- Un rituel méditatif : respiration et méditation audio

N'oubliez pas de créer un autel suite à cet atelier avec vos intentions, vos prises de conscience et de vous offrir une rose rouge à l'issue de cette exploration.

FEMMES GARDIENNES

Et la médecine de la rose rouge

Il fut un temps où les femmes se réunissaient pour transmettre rituels et enseignements pour prendre soin de cet espace sacré. La rose rouge est liée à l'utérus, un organe très puissant qui porte en lui les mémoires du monde, les mémoires de notre vie, une coupe sacrée qui pourrait s'apparenter symboliquement au Graal, un trésor précieux qui contient tant de mystères et d'enseignements.

Mots clés : feu, passion, purification, énergie créatrice, transformation, sexualité, guérison.

Déroulement de l'atelier

Avant de débiter : faire un état de lieux de sa sexualité (écrire les coups de gueule mais aussi mes coups de coeur). Avertissement : pour explorer la médecine de cette rose et incarner la femme gardienne que nous sommes, il n'est pas nécessaire d'être en couple ou d'avoir des rapports sexuels.

- **Rituel créatif** : vous êtes invitées à dessiner votre utérus avec les ovaires et le remplir avec des mots, des images, des symboles pour mettre de la beauté sur ce temple sacré qu'il nous faut choyer et protéger et identifier ce à quoi nous voulons donner naissance, cultiver. N'oubliez pas, il s'agit du berceau de la fertilité.

- **Rituel corporel** : danser le désir qui nous habite, ne plus en avoir peur, accueillir cette flamme ardente, l'appivoiser pour qu'elle nous anime sans nous brûler.

Bon à savoir : il peut être intéressant de faire des huit avec le bassin pour déverrouiller cette zone et libérer toute l'énergie et les tensions accumulées.

Texte [Ecoute ton désir](#) ou là : [version douce en l'audio](#) (deux versions)

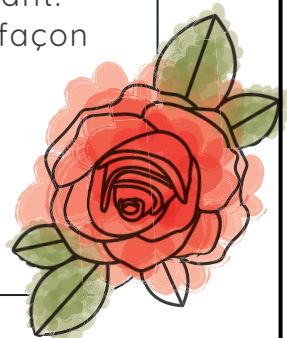
- **Rituel méditatif** : 1/Après avoir fait la respiration de l'utérus (3 grandes et profondes respirations pendant lesquelles on inspire la lumière, la douceur, tout ce dont on a besoin et on expire tout ce qu'on ne veut plus : les agressions, blessures, tensions)
2/Poser une intention pour pardonner et faire bénir votre utérus.
3/Puis faire la médiation de la Rose rouge (en audio sur la plateforme)

Pour aller plus loin sur le sujet de la sexualité

“Interroger sa sexualité équivaut à regarder la vie, à remuer l'existence dans ce qu'elle a de plus beau mais aussi de blessant. Interroger sa sexualité c'est vouloir (re)naître, librement et de façon consentie. C'est vouloir éclore au devenir femme.”
Hélène Dumont, [auteure de l'ouvrage Terre éclore](#)

Autres recommandations :

- [Foufoune cosmique](#) de Malory Malmasson
- [Cycle yaphah sexualité féminine - en replay](#).



“Les femmes ont la vie en garde pendant l'absence de Dieu, elles ont en charge le sentiment limpide de la vie éphémère, la sensation de base de la vie éternelle.” Christiane Singer