



VOTRE MINI GUIDE **GÉNÉRATEUR**



Débutez avec le Design Humain
Découvrez votre type énergétique



PAR MARIE-ALIX



✨ Bienvenue dans votre mini-guide ! ✨

Vous venez de découvrir votre type énergétique
en Design Humain !

Dans les pages qui suivent, vous allez explorer les grandes lignes de votre fonctionnement, comprendre ce qui nourrit votre énergie et ce qui peut parfois la bloquer.

Le type énergétique est la première clé du Design Humain : c'est votre point de départ avant d'aller plonger dans les profondeurs de votre charte corporelle.

C'est la première couche de l'oignon et le début du processus de retour à soi !

Personnellement, connaître mon type m'a aidé à accepter certains fonctionnements et ajuster mon style de vie pour un quotidien plus nourrissant.

Bonne lecture,
Marie-Alix

MANTRA

66

*Quand je suis
dans la joie,
je suis sur mon chemin.*



LE MOTEUR DU MONDE

Les Générateurs sont ici pour construire, réaliser, mettre leur énergie au service de ce qui les passionne.



de la population environ
(générateurs + générateur-manifesteurs)

◆ ARCHÉTYPE : LE BÂTISSEUR ENTHOUSIASTE

Vous avez l'énergie la plus constante et stable de tous les types. Vous êtes fait·e pour répondre à ce qui vous met en joie, construire et rayonner cette énergie.

♪ DANS L'ORCHESTRE DE LA VIE

Le Manifesteur compose la musique et impulse le mouvement.

Le Projecteur guide les musiciens.

Le Réflecteur ressent l'ambiance.

Et vous, Générateur, vous jouez la musique avec puissance et engagement, donnant vie à la symphonie

MODE D'EMPLOI

● ÉMOTION SIGNATURE

Satisfaction : quand vous mettez votre énergie dans ce qui vous réjouit.

⚠ SIGNAL D'ALERTE

Frustration : quand vous persistez dans ce qui ne vous nourrit pas.

🧭 STRATÉGIE

Répondre à la vie.

Ne cherchez pas à initier avec le mental.

Pour vous tout se passe dans le “centre sacral” (vos tripes)

Laissez la vie vous apporter une opportunité, puis écoutez votre ventre pour décider : ouverture = oui, fermeture = non.

⭐ PETIT EXERCICE

Posez vos mains sur votre ventre. Imaginez qu'on vous propose :

- « Veux-tu une pomme ? »
- « Veux-tu une banane ? »
- Sentez : votre ventre s'ouvre (oui) ou se ferme (non). C'est la voix de votre sacral.

MODE D'EMPLOI

🚫 PIÈGES À ÉVITER

- Dire «oui» à tout et finir vidé·e.
- Vouloir initier de force au lieu de répondre aux sollicitations qui vous font vibrer.
- Se laisser enfermer dans une routine qui ne procure plus de joie → énergie basse assurée.
- Ne pas assez se dépenser au quotidien.

✓ CHECKLIST PRATIQUE

- Suis-je enthousiaste avant de dire oui ?
- Ai-je écouté ma réponse corporelle : oui/non clair ?
- Est-ce que cette activité nourrit mon énergie ? (je sens la vibration, le feu dans mon ventre)
- Ai-je bien utilisé mon énergie aujourd’hui pour pouvoir dormir profondément ce soir ?

MON CONSEIL



Ne forcez pas : vos plus grandes réussites viennent quand vous répondez à ce qui vous fait vibrer.

Osez dire non.

LE TYPE N'EST QUE LA FACE ÉMERGÉE DE L'ICEBERG

Votre charte de Design Humain est une combinaison unique de forces, de nuances et de potentiels, qu'on peut analyser à travers différents aspects.

⭐ Le profil

C'est la manière dont vous interagissez avec le monde : vos modes d'apprentissage, votre posture naturelle.

⌚ Les centres énergétiques

Leur analyse révèle où vous êtes stables et ancré·e, et où vous êtes plus perméables au conditionnement extérieur.

🚪 Les portes et les canaux

Ce sont les activations qui parlent de vos talents et de vos zones de génie, ce sur quoi vous pouvez naturellement vous appuyer.

☀️ La croix d'incarnation

Elle éclaire votre thème de vie, cette grande direction qui colore votre parcours et vos expériences de vie..

Si cette première approche a éveillé votre curiosité, vous pouvez :

- réserver une analyse en visio de votre Design Humain
- commander votre manuel personnalisé, un guide détaillé de votre charte à consulter au quotidien ou à offrir

 Profitez de 5 € de réduction sur votre séance ou votre manuel avec le code **DESIGNHUMAIN5** sur mon site <https://www.mariealix-hypnose.com/>