



VOTRE MINI GUIDE **RÉFLECTEUR**



Débuter 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 aligné et nourrissant.

Bonne lecture,
Marie-Alix

MANTRA

66

*Je reflète le monde,
mais je choisis où poser
mon miroir.*



LE MIROIR DE LA SOCIÉTÉ

Les Réflecteurs agissent comme des baromètres : ils absorbent et reflètent l'énergie de leur environnement. C'est le type le plus rare dans le Design Humain.



1% de la population environ

◆ ARCHÉTYPE : LE SAGE LUNAIRE

Vous êtes un miroir vivant, sensible aux lieux et aux personnes. Votre rôle est de refléter la santé et l'équilibre d'un groupe ou d'une société.

♪♪ DANS L'ORCHESTRE DE LA VIE

Le Manifesteur compose et démarre la symphonie.

Le Générateur joue avec passion.

Le Projecteur est le chef d'orchestre.

Et vous, Réflecteur, vous êtes l'acousticien, révélant l'ambiance et la vibration de l'ensemble.

MODE D'EMPLOI

● ÉMOTIONS SIGNATURE

👉 Surprise et émerveillement : vous apprenez à apprécier la variété des expériences que la vie vous propose.

✳ SIGNAL D'ALERTE

👉 Déception : quand l'environnement ne vous correspond pas ou vous épuise ou que vous chercher à vous définir à tout prix.

⌚ STRATÉGIE

Prendre le temps. Attendre un cycle lunaire complet (28 jours) avant une grande décision, pour s'offrir une clarté après avoir expérimenté une grande variété de situations et de perspectives.

⭐ PETIT EXERCICE

Observez vos sensations dans différents environnements (un café, un parc, une soirée). Notez ce qui vous nourrit et ce qui vous vide. Votre bien-être dépend beaucoup de votre cadre de vie.

MODE D'EMPLOI

🚫 PIÈGES À ÉVITER

- Prendre des décisions dans la précipitation, sans attendre suffisamment pour pouvoir revenir à soi.
- S'imprégner trop des émotions/énergies des autres sans recul.
- Croire qu'il y a un problème à être différent·e ou changeant·e.

✓ CHECKLIST PRATIQUE

- Ai-je laissé le temps (un cycle lunaire si possible) avant de prendre une grande décision ?
- Est-ce que je me trouve dans un environnement qui me nourrit vraiment (lieu, personnes) ?
- Ai-je pris un temps seul·e pour distinguer ce qui m'appartient de ce que j'absorbe des autres ?
- Est-ce que je célèbre ma fluidité et mes multiples facettes plutôt que de vouloir « être fixe » ?

MON CONSEIL



Entourez-vous de personnes saines et stimulantes. Votre bien-être dépend de l'énergie que vous choisissez de refléter.

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 lecture complète 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/>