



Les carnets d'Isa

*Féminité, maternité &
enfance, sauvage et
consciente*

Isa - Dessine moi la vie

Equinoxe d'automne

- ❖ Une recette pour se chouchouter
- ❖ De l'extérieur vers l'intérieur
- ❖ Une pratique pour se rencontrer
- ❖ Qu'est-ce qu'une femme sauvage?

Une recette pour se chouchouter

Les fruits cuits aux épices

Ingrédients:

- ❖ 1/2 c. À Café d'épices (Cardamome, muscade, cannelle, etc...)
- ❖ Des fruits entiers, épluchés, en morceaux (poires, pommes, abricots, ...)



Faire cuire dans une poêle, à feux doux, dans du ghee ou du beurre, avec les épices.



Simple non?

Et réconfort expérimenté!

Notes:



De l'extérieur vers l'intérieur

L'automne arrive. Pas d'un seul coup, pas à une date établie par un calendrier... Par touche. Petit à petit. Aujourd'hui, mon attention c'est porté sur un élément différent, qui donnait à l'atmosphère, un goût d'automne. La fraîcheur du vent.



Faire jouer nos sens est une pratique qui pourrait bien être en soit « écologique ». Etonnant, non?

Revenir vers soi, je le sens pour moi, est ce vers quoi j'ai envie d'aller. Je profite de ce nouveau cycle que m'offre la connexion à la Nature pour quitter progressivement le trop rapide, la stimulation permanente, l'instantanéité qui se joue dans notre société, sur les réseaux sociaux notamment...

Progressivement oui, car c'est presque une loi du vivant,

D'évoluer dans la transformation par étapes. Les feuilles des arbres ne se parent pas de leurs couleurs de façon instantanée. Et quand elles ont pris une teinte particulière, ce n'est pas pour y rester. Tout est mouvement. Elles finiront au sol pour nourrir l'arbre.



J'observe que nous sommes dans un paradoxe assez étrange de rapidité, d'instantanéité et à la fois de permanence. Nous aimons figer ce qui nous plaît de voir. Et les moyens technologiques toujours plus grandissant de notre civilisation nous permettent de figer et de stocker une sélection du vivant...qui devient mort, car plus en mouvement. Cet automne qui annonce la mort. Oui celle dont nous avons peine à parler, dans notre civilisation.

Qu'est ce qui se prépare à mourir en toi ?

Pour servir de terreau fertile.

Qu'est-ce qui se transforme? Qu'est-ce qui est en mouvement et qui est mort en toi?

Mes ressentis:

Une pratique pour se rencontrer

Les cercles de femmes



Le 26 juin 2020, à Pourques.

Une de mes expériences au sein d'un cercle de femmes: J'ai terminé la journée d'hier par m'offrir une place parmi des femmes belles et puissantes. Ce rituel, cette pratique m'a permis de sentir une forme d'unité féminine, un lien féminin. J'ai été touchée par nos histoires différentes et avec pourtant tant de similitude. Des femmes qui portent en elles des blessures qu'elles ont elles-mêmes vécues ou qui ont été vécues par leurs

ancêtres: « Je suis la fille de..., la petite-fille de..., la nièce de..., la sœur de..., l'amie de... ». Se reconnecter à sa lignée et sentir ce qui surgit, tapis dans l'ombre. Parfois, le corps se souvient, parfois la mémoire n'a pas effacé... Une beauté dans chacune de nous sommeil et se sent parfois étriquée dans le costume de la femme que la société modèle à son image. Ces cercles sont là pour re-dévoiler notre puissance créatrice.

Qu'est-ce qu'une femme sauvage?

Interview d' *Amélie*



« La « femme sauvage » ce sont des termes franchement, j'y serais pas allée seule.

Mais je dirais c'est la connexion à la femme que je suis en dehors des conditionnements, en dehors de l'éducation que j'ai pu recevoir, à mon origine. A ce que je me permets de faire sans filtres sans tabou. Vraiment ce que j'ai envie, et à tout le côté créatif qui en découle.

Je ne suis pas en connexion avec cette origine tout le temps. Parce qu'il y a des fois, où mon

éducation va reprendre le dessus, où mes croyances limitantes vont revenir, parce que je suis en chemin!! Et que c'est une pièce du puzzle. Mais j'aspire à y être de plus en plus, parce que pour moi, c'est limite un objectif. Sans me flageller si je n'y arrive pas. J'ai toujours été dans cette connaissance de soi. Ça me porte. Cette connaissance de soi, elle m'amène à une authenticité, c'est une authenticité que l'on a envers nous même et qui du coup rayonne dans le monde où l'on vit, dans cette sphère où l'on vit. »

À propos de l'auteur



Isa

Créatrice de dessine moi la vie, j'accompagne les femmes, les mères et leurs enfants dans leurs projets vers la physiologie, la bienveillance et un équilibre entre conscience & sauvage.

Grâce à des supports illustrées de toutes mes pratiques et outils en connaissance de soi, et communication avec l'autre, des créations artisanales d'accessoires pour la femme, et des balades et rencontres,

je veux contribuer à ce que l'Etre Humain se réinsère dans le cycle de la Vie, et prenne de nouveau sa place au sein de la Nature. J'aime vivre l'inconfortable et la vulnérable Authenticité, le lien et la connexion au vivant.

www.dessinemoilavie.com

dessine.moi.lavie@gmail.com

Tel: 06 81 86 71 77