

Les 4 Archétypes du Cycle
Féminin

Réveille ta
boussole intérieure

Ce que ton corps murmure, la
Lune le révèle.

Écrit par
Charley Breuille

Les 4 archétypes du cycle féminin

Depuis toujours, les femmes vivent au rythme de leurs saisons intérieures.
Ton corps sait. Ton cœur sait.

Ce mini-guide est une clé douce pour te reconnecter à ta sagesse cyclique, te relier à ton intuition, et honorer ton rythme naturel.

Il n'y a rien à forcer.
Il y a tout à ressentir.



Pourquoi ce guide ?

Tu veux mieux comprendre ton cycle ?
Te relier à ta puissance féminine, sans dogme, sans pression ?
Tu es au bon endroit.

Ce mini-guide est une porte d'entrée vers ton monde intérieur. Il est né du désir de te transmettre une carte simple mais puissante : celle des 4 archétypes féminins.

Chaque mois, ces 4 visages t'habitent. Les reconnaître, c'est revenir à ton pouvoir.

LES 4 ARCHÉTYPES DU CYCLE FÉMININ

PHASE DU CYCLE	ARCHÉTYPE	ÉNERGIE CLÉ	INVITATION À VIVRE
MENSTRUATION (HIVER)	LA FEMME SAGE	INTUITION, REPOS	SE RETIRER, ÉCOUTER, ACCUEILLIR LE SILENCE
PRÉ-OVULATION (PRINTEMPS)	LA JEUNE FILLE	ÉLAN, CRÉATIVITÉ	INITIER, JOUER, OSER CRÉER
OVULATION (ÉTÉ)	LA MÈRE	RAYONNEMENT, LIEN	PARTAGER, PRENDRE SOIN, RÉUNIR
PRÉMÉNSTRUATION (AUTOMNE)	L'ENCHANTERESSE	TRANSFORMATION, VÉRITÉ	DIRE NON, RÉAJUSTER, ÉCOUTER L'INTUITION PROFONDE



Rituel doux : Écoute ton utérus

- Trouve un endroit calme.
- Pose une main sur ton cœur, l'autre sur ton bas-ventre.
- Ferme les yeux. Respire profondément.
- Imagine une lumière douce qui rayonne depuis ton bassin.
- Demande à ton utérus : "De quoi as-tu besoin aujourd'hui ?"
- Écoute. Sans mentaliser. Sans juger.
- Et remercie ton corps pour ce qu'il est.

LES 4 ARCHÉTYPES DU CYCLE FÉMININ



Et maintenant ?

Il suffit d'un premier pas.
Je serai honorée de t'accueillir

Ce guide est une première étincelle. Si tu sens l'appel d'aller plus loin, tu es invitée à vivre une expérience au cœur du féminin sacré.

- 🌙 Participe à un cercle de femmes dans mon tipi sacré, Wakan
- 🌞 Découvre mes prochains ateliers, rituels et immersions
- 🌿 Explore un accompagnement doux et profond en sophrologie ou hypnose au féminin

➡ Pour recevoir les prochaines dates et t'inscrire :

www.sophrologieriviera.com

Instagram : [@sophrologieriviera](https://www.instagram.com/sophrologieriviera)

🌸 Tu n'as rien à prouver. Tu es déjà en chemin.

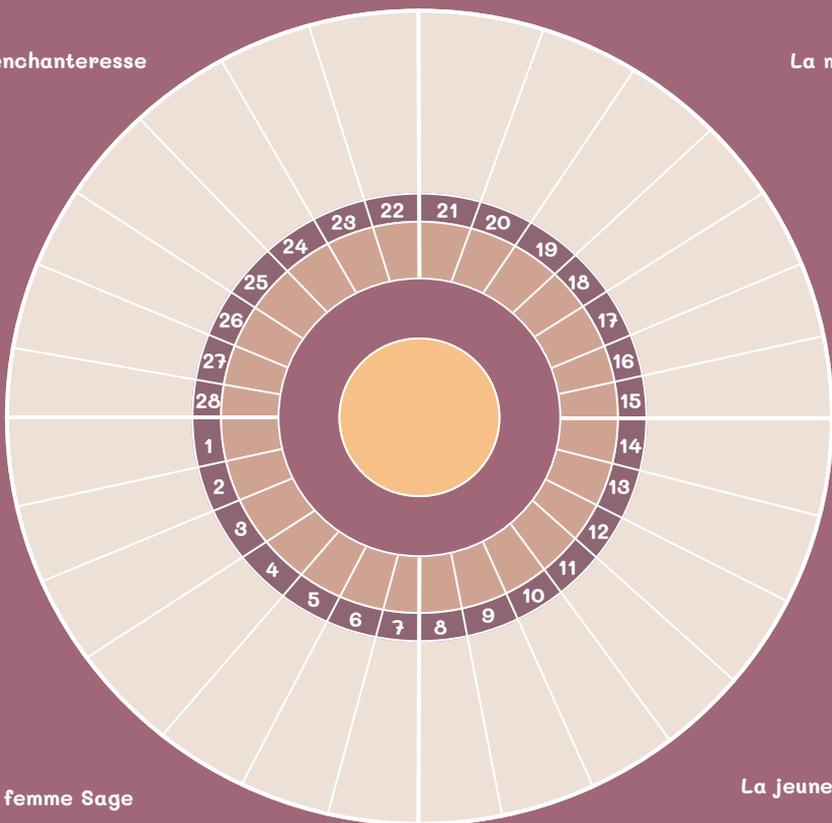
Ton corps est ta boussole.

Avec douceur et sororité,

Ta boussole intérieure

L'enchanteresse

La mère



La femme Sage

La jeune fille

Tes notes

-  Lunes
-  Date
-  Jour du cycle
-  Observations

— ★ ★ ★ —