

QUESTIONNAIRE CHAKRA CŒUR

Êtes-vous capable de vous aimer tel que vous êtes ou bien y mettez-vous des conditions ?

Avec quelle fréquence témoignez-vous de l'appréciation pour les autres, y compris pour les étrangers ?

Êtes-vous attaché(e) à des sentiments de douleur/deuil qui vous empêche peut-être encore aujourd'hui d'ouvrir pleinement votre cœur ?

Éprouvez-vous de la haine ou du ressentiment envers quelqu'un ? Si oui, que pouvez-vous faire pour pardonner à cette personne et adoucir ainsi de ces blessures passées ?

Qu'est-ce que vous ne voulez surtout pas que l'on sache de vous (car si on le savait, on risquerait de vous rejeter ou de moins vous aimer) ?

Qu'est-ce que vous aimez de vous ?

Qu'est-ce que vous n'aimez pas ?

Comment pouvez-vous accepter ce que vous n'aimez pas en vous ?

Qu'est-ce que vous apportez dans votre relation amoureuse/de couple et qui ne fonctionne pas ?

Qu'est-ce que vous pourriez changer pour que cela fonctionne mieux ?

Si votre cœur pouvait parler, qu'est-ce qu'il vous dirait ? Et, qu'est-ce que vous lui répondriez ?