



🌻 - Au fil de Soi... 🌻 ...Au fil de Soi... 🌻 ...Au fil de Soi... 🌻

L'ÉNERGIE DE DÉBUT DE SEMAINE

C'est bien l'énergie de l'immersion à "Jeûner vers Soi" et de la reconnexion du corps et du cœur par le jeûne et le dialogue conscient qui se VIT en ce moment... Quelle réjouissance une fois encore.

Bonne semaine à tous !

Sophie

Qui es-tu sans ton histoire spirituelle ?

"S'il te plaît, ne me parle pas de la « Pure Conscience » ou de « Demeurer dans l'Absolu. »

Je veux voir comment tu traites les autres, ta partenaire, tes enfants, tes parents, ton précieux corps.

S'il te plaît, ne me fais pas un cours sur « L'illusion du soi séparé » ou sur la façon dont tu as atteint le bonheur permanent en seulement 7 jours.

Je veux sentir TON cœur rayonner d'une chaleur réelle.
Je veux entendre comment TU écoutes, comment TU encaisses toute information qui ne correspond pas à ta philosophie personnelle.
Je veux voir comment TU agis avec les personnes qui ne sont pas d'accord avec toi.

Ne me dis pas à quel point tu as fait du chemin, à quel point tu es libre de l'ego.

Je veux TE connaître sous les mots.
Je veux savoir à quoi TU ressembles confronté(e) à tes problèmes.
Si TU peux accepter pleinement ta douleur sans prétendre être invulnérable.
Si TU peux sentir ta colère, sans basculer dans la violence.
Si TU peux accorder un passage sûr à ton chagrin sans en être esclave.
Si TU peux sentir ta honte sans faire honte aux autres.
Si TU peux te tromper et l'admettre.
Si TU peux dire « désolé(e) » et le penser vraiment.
Si TU peux être pleinement HUMAIN dans ton éclatante divinité.

Ami(e), ne me parle pas de ta spiritualité.
Ça ne m'intéresse pas vraiment.
Je veux simplement te rencontrer, TOI.
Connaître TON précieux cœur.
Connaître ce magnifique humain qui laisse entrer la lumière.

Le rencontrer avant « l'Être spirituel »
Avant tous les mots profonds.

J. FOSTER

*«Tout le chemin de la vie, c'est de passer
de l'ignorance à la connaissance,
de l'obscurité à la lumière,
de l'inaccompli à l'accompli,
de l'inconscience à la conscience,
et de la peur à l'Amour. »
Frédéric Lenoir*



Jeûner est un formidable « outil » de libération. La Libération des maux de nature physique, psychique et émotionnelle.

Le corps est biologiquement conçu pour se maintenir en pleine santé et dans un état de bien-être permanent et le non bien-être et la maladie ne sont que des révélateurs de nos états intérieurs. Les symptômes ne sont que l'illustration de nos désordres émotionnels.

Le jeûne est une méthode naturelle préventive ou curative en faveur d'un réel « reset ». Il réactive notre énergie vitale, cette force de vie qui unifie le corps et l'esprit.

LE JEÛNE CONSCIENT, l'écoute de Soi, l'apprentissage et le respect de certaines règles d'hygiène de vie vous aideront à vous maintenir en bonne santé, l'améliorer, voire vous auto-guérir.

Jeûner en conscience, c'est une expérience personnelle d'introspection, de reconnexion et de connaissance de Soi. Il permet de se recentrer sur soi-même et prendre conscience de sa totalité en aiguisant sa propre écoute en conscience. Cela impacte les différentes dimensions de notre Être et, de ce fait, il est un formidable « outil » de bien-Être pour unifier le corps, le cœur et l'esprit et ainsi maintenir l'équilibre.

Voir les détails et réserver ma place

Sophie Roumet
06 84 77 60 00



sophie.jeunerverssoi@orange.fr

Cet e-mail a été envoyé à {{ contact.EMAIL }}
Vous avez reçu cet email car vous vous êtes inscrit sur Jeûner vers Soi.

[Se désinscrire](#)

Envoyé par

 sendinblue

© 2019 Jeûner vers Soi



590 x 380

Glisser et déposer votre
image ici

depuis la galerie d'images