



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

Réflexion "Au fil de Soi"

Un sage prit la parole et dit :

« Trop d'hommes auront vécu au fil de leurs instincts, de leurs émotions, ou bien des traditions et des coutumes de leur société, sans jamais avoir fait un vrai choix, sans jamais avoir eu l'intelligence émue par la beauté du savoir, le cœur saisi par la joie du don.

Ils auront connu des petits plaisirs mais pas de grandes joies.

Ils auront vécu des amours rassurantes, mais jamais celles qui déchirent le cœur et l'agrandissent aux dimensions du monde.

Ils auront mangé à leur faim mais n'auront pas connu l'extase de l'âme face au Beau et au Vrai.

Ils auront appris un métier et gagné leur vie, mais n'auront pas découvert l'activité qui aurait pu les mettre dans l'enthousiasme.

Et lorsqu'ils mourront, ils demanderont :

« À quoi bon vivre ? L'existence n'a aucun sens !
Où est-il, le bonheur auquel j'ai tant aspiré ?
Où est-il, l'amour que j'ai désiré ?
Où est-elle, la vérité dont on m'a parlé ?
Qu'en est-il de la vie que j'ai désiré lorsque j'étais enfant ?

Alors on leur répondra :

« Tu avais en toi un esprit qui pouvait donner un sens à ta vie, te conduire au bonheur et à l'amour véritable, te mener vers la vérité et te faire vivre tes rêves... **mais tu l'as ignoré.** »

Je vous souhaite une bonne quinzaine "au fil de Vous"

Sophie

« 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. »



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