



« Toutes les choses visibles sont faites de choses invisibles et pourtant bien réelles. » Albert Einstein

Mon engagement a double sens.

Envers moi-même : le chemin que je vous propose signifie de rester centrée, d'incarner dans mon quotidien cet art de vivre dont le programme vous propose et m'investir à 100% dans ce qui me fait vibrer, qui me donne du sens. C'est le travail qui soutient un mode de vie que j'ai choisi.

Envers vous il s'agit d'un grand élan de partager une expérience de vie et de vous aider à passer à un autre mode de réflexion, devenir votre meilleur ami et vous respecter. À partir de cette base nous mettons les fondations d'une « nouvelle maison », votre intériorité, basée sur une « nouvelle identité ». Dès que vous allez reconnaître la vibration de votre Moi profond je vous apprend à ne vous quitter jamais. La tendresse que vous seriez capable à vous offrir deviendra votre boussole intérieure. La détente et la joie devient un état d'être.

Les bénéfices du programme Construction de Soi

1. Pratiquer la méditation au quotidien va vous apporter :

L'amour bienveillant. S'autoriser à être tel qu'on est. Rien à chercher, rien à prouver, rien à corriger. S'asseoir pour méditer, ce geste simple porte la force de la guérison.

- s'aimer soi-même
- lâcher prise, lâcher le critique intérieur, accueillir tout ce qui est là
- l'éveil de sens
- prendre conscience de ses pensées
- se connecter à son corps
- s'ouvrir à la joie, ouvrir son cœur aux autres
- pardonner
- la certitude que personne n'est abandonné, on est tous liés – s'ouvrir à l'interconnexion

2. Les séances Reiki vous apportent

L'envie d'intégrer l'essence des cinq principes de vie du Reiki: sans colère, sans soucis, être dans la gratitude, faire de son mieux, respect de soi et tous les êtres vivants.

- des sensations de calme, de détente et d'apaisement. La personne se sent mieux centrée ; elle a plus de confiance et d'assurance. Ce qui pouvait paraître



« Toutes les choses visibles sont faites de choses invisibles et pourtant bien réelles. » Albert Einstein

anodin avant une séance, ne l'est plus après. Certaines choses peuvent paraître plus claires.

- la recharge de votre « batterie » en équilibrant et en harmonisant la circulation de l'énergie dans les méridiens, équilibrant les 7 chakras
- plus de joie, de force intérieure, plus d'ouverture et plus d'acceptation face à la vie. Le Reiki peut également nous aider à faire des choix et à prendre nos responsabilités
- soulagement des douleurs, amélioration de l'état de santé, souvent la guérison
- préparation pour un futur événement, réconciliation avec le passé

3. Les séances EFT

La réalité devient chaque jour plus calme et paisible.

- relancer son énergie, activer l'élimination des toxines
- transformation/guérison émotionnelle : stress et anxiété généralisée, phobies diverses, chagrin, colère, culpabilité, stress post-traumatique, dépression, insomnie, dépendances
- soulager un grand nombre de symptômes physiques
- accueillir ce qui est, sortir de la lutte, changement de perception
- en apprenant la technique vous allez pouvoir pratiquer avec vos enfants
- avoir le réflexe de faire de l'EFT, de se créer une routine

4. Ho'oponopono

Revenir sur votre chemin de vie, en accord avec votre âme et garder le cap. Responsable de sa vie.

- remettre les choses en ordre
- rester fidèle à soi même
- pas de peurs, pas de manques, pas de sentiment de séparation
- des véritables PAS vers la paix intérieure

5. Retour à l'essentiel : la simplicité

C'est comme ça que je vois notre bout de chemin ensemble. Je suis là et je vous prête mon cœur, mes yeux, mes oreilles pour vous aider à ouvrir votre cœur, pour que vous vous voyiez, pour que vous puissiez vous entendre.

Simplifier sa vie, ne plus chercher qu'à être présent et agir en accord avec la partie la plus profonde de soi.

« Toutes les choses visibles sont faites de choses invisibles et pourtant bien réelles. » Albert Einstein

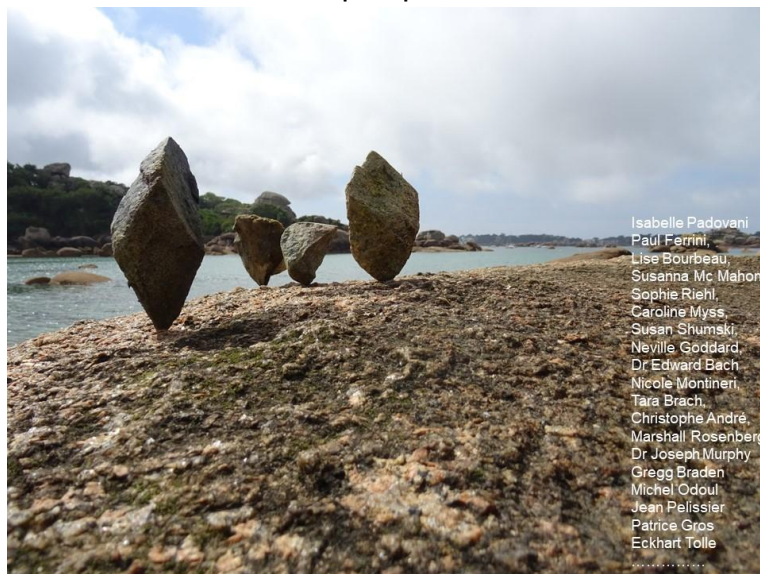
« Pour guérir il faut se mobiliser, puiser dans ses ressources profondes ».

Je ne dis pas que le chemin de retour sera facile. Je dis seulement qu'il sera magnifique.

- Les 12 RDV concernent les soins présentés et une synthèse de tout ce que j'ai appris et j'ai pratiqué au fil du temps, les nombreux livres, stages et formations, en suivant différentes voies spirituelles et thérapeutiques. Le programme intègre les deux aspects.
- Les 12 RDV vous portent dans l'univers intérieur, là où se trouvent toutes les réponses.
- Les 12 RDV vous familiarise à l'engage de l'âme et pratiquer la vision symbolique, découvrir les archétypes qui vous habitent, les vieux modèles qui ne vous servent plus.
- Les 12 RDV vous donnent la possibilité d'acquérir les bases de la communication non violente avec vous-même.
- Les 12 RDV vous donnent des pistes pour vivre d'une manière équilibrée et consciente.

365 amis infatigables qui vous donneront l'envie d'apprendre et d'évoluer

Voici quelques uns



Vous choisissez si vous voulez recevoir des messages qui peuvent vous aider à vous focaliser sur l'essentiel, vous choisissez à quelle fréquence, vous exprimez vos



« Toutes les choses visibles sont faites de choses invisibles et pourtant bien réelles. » Albert Einstein

préférences ou simplement vous vous laissez guidés : je vous propose des messages qui visent l'Unité.

Si vous êtes prêt, vous sentez le besoin ou l'envie de passer à la pratique. Dans ce voyage on ne cesse pas d'apprendre et de pratiquer les théories. La base de tout travail de qualité c'est faire preuve de discipline.

Albert Einstein disait que la folie consiste à faire toujours la même chose en s'attendant à ce que le résultat change. Le programme Construction de Soi peut être pour vous une occasion de faire ce choix différent.

- Il vous faut un peu de courage pour commencer, mettre ensemble tous les morceaux de vous-même.
- Trouver l'espoir, la foi.
- Dire un grand Oui à la vie, décider de suivre la voie du cœur à l'écoute de votre intuition.
- Être soi, en paix, sentir l'harmonie.
- Gouter la simplicité et le partage.
- Se sentir dans ce train vers un monde meilleur qui commence à l'intérieur de soi.



Dans la joie,
à chaque pas,
pour sentir le gout de notre
destination,
je mets tout ce que je suis sur
le chemin à parcourir
ensemble.