

## *Une belle invitation à poursuivre*



*Ton cheminement personnel et spirituel  
Sur le chemin de ton arbre de vie.*

### *Niveau 2*

***Voici ce que je te propose, 8 ateliers tout en douceur, plein d'amour :  
Célébrons et honorons nos temples sacrés***



***Atelier 1: L'art de se réinventer jour après jour*** : La 2<sup>e</sup> session désire mettre en relief l'importance de l'amour, de sa puissance et également d'accueillir ce qui a été en douceur, cesser d'être dans le conflit et la dualité mais plutôt d'être 1 et faire 1. Cesser de se couper ou nier mais plutôt d'accueillir l'entièreté que nous sommes

***Atelier 2: L'Art de communiquer*** avec bienveillance avec soi-même et les autres. Communiquer est un Art et d'une importance vitale. Mais comment faire?

### ***Atelier 3: L'Art du silence et de la méditation toute en conscience***

Le silence a des bienfaits méconnus. Selon une étude de 2006, même deux minutes de silence peuvent nous détendre, abaisser notre tension artérielle et stimuler la circulation sanguine dans le cerveau, et ce bien mieux que toutes les musiques relaxantes du monde. Et méditer c'est pas juste s'asseoir en lotus, pouce-index joints et yeux fermés, il est encore plus accessible que cela.....

### ***Atelier 4: L'Art de notre temple de la pensée créatrice***

Fondamentalement, notre cerveau est un réseau tentaculaire de 100 milliards de neurones avec au moins 1 million de milliards de points de connexion, les synapses. C'est cela, selon le postulat des neurosciences cognitives, qui crée nos facultés cognitives, ce que l'on pourrait appeler la pensée ou l'esprit qui sont elles infinies.

### **Atelier 5: L'Art de se connecter à notre temple du cœur**

Apprendre à Faire confiance à ses sentiments, ses intuitions, décrypter le langage corporel, sortir de sa zone de confort, agir en adéquation avec ses valeurs personnelles, faire et être qui vous êtes avec cœur dans votre cœur.

### **Atelier 6: L'Art de puiser dans notre temple du ventre**

Notre 2<sup>e</sup> cerveau. Gouverne et guide mais prenons-nous le temps de l'écouter et en prendre soin?

### **Atelier 7: L'Art d'honorer notre temple sacré féminin et masculin**

Le Féminin sacré, c'est cette **essence féminine du don de vie**, c'est le concept de matrice créatrice remplie d'amour, en harmonie avec la nature et avec le reste de la Création. Le Masculin sacré (qui est quant à lui est souvent associé à la force, à l'action, à la destruction et au rationnel) et le Féminin sacré seraient **comme le yin et le yang, deux parties d'un tout qui s'harmonisent** en se complétant. L'Univers maintient son équilibre grâce à ces deux pôles aux forces complémentaires et opposées

### **Atelier 8: L'Art de s'unifier à notre temple de la respiration inspirée**

Respirer... c'est la vie. Être inspiré par... s'inspirer de... Apprendre l'importance de la respiration et plusieurs techniques pour libérer, augmenter, optimiser, nettoyer notre corps physique, mental, émotionnel et spirituel.

#### **Bon à savoir :**

- ✓ Les cours seront offerts 1 x semaine et dès septembre ils seront également disponibles à mon bureau de ste-thérèse
- ✓ Chaque atelier est 35\$ plus taxes ou 280\$ plus taxes pour les 8 ateliers et dure 2 hrs chaque semaine.
- ✓ Les cours sont payables en argent ou virement interac :
  - 2 versements de 160.97\$ ou au complet 321.93\$
- ✓ Il est préférable d'avoir suivi le niveau 1 de la formation car il est les fondements de la compréhension de cette belle démarche d'un retour sur notre chemin d'arbre de vie mais vraiment pas obligatoire
- ✓ Je ne prend que 8 personnes maximum
- ✓ Vous recevrez après chaque atelier l'enregistrement audio pour une meilleure intégration des informations
- ✓ Si vous manquez un cours, celui-ci sera quand même payable vu que vous recevez l'audio.
- ✓ Vous pouvez suivre cette formation en présentiel de jour ou de soir ainsi qu'en zoom.
- ✓ Voici une courte vidéo expliquant la formation niveau 2

vidéo expliquant le niveau 2 de la formation sur le chemin de ton arbre de vie

***Horaire niveau 2 : les mardis***

<b><i>De jour : 13 :30 à 15 :30</i></b> Avril 23, 30, mai 7-21-28-juin 4-11-18	<b><i>De soir : 18 :30 à 20 :30</i></b> Avril 23, 30, mai 7-21-28-juin 4-11-18
---	--

***\*\*\*vous remarquerez qu'il y a relâche dans la semaine du 11 au 18 mai car je serai à la Riviera Maya pour visiter le site ou il y aura le futur séminaire « le grand retour » \*\*\****

Au grand et infini plaisir de te revoir et continuer de te partager ces ateliers qui, en ce qui me concerne, ont transformé et allégé et simplifié ma qualité de vie.

Mireille

