



## INFORMATIONS



MULHOUSE UP19

(Salle 21)



Début le lundi 23 novembre 2020



DURÉE : 02:00

PROFILS : Énergéticienne Holistique

PRE REQUIS :

Une bouteille d'eau ou thé vert sans sucre est vivement recommandée.

MATERIEL : Aucun

CODE ACTIVITÉ : 5MU492

Prix : **18.00 €**

## DESCRIPTION

**Qu'est-ce que Le Pardon ? C'est un acte de courage, de foi, d'amour, de bienveillance, de compassion.**

**C'est le chemin qui mène à l'ouverture de la Conscience du Cœur !**

**Le pardon** consiste à ne pas tenir rigueur d'une faute, d'une offense, ou de cesser d'entretenir à l'égard de quelqu'un de la rancune ou de l'hostilité. Comme il ne peut y avoir pardon que s'il y a eu faute, la grande difficulté est de définir ce qui est faute et ce qui ne l'est pas, pour l'offenseur et l'offensé.

Ces zones d'ombres sont : la colère, la peur, le jugement, le sentiment de rejet et/ou d'abandon, de non considération de soi, la volonté inconsciente de ne pas être aimé ou de ne pas aimer pour se protéger... Et enfin le refus de pardonner.

**On peut demander pardon à Dieu, à une autre personne, mais pour ce faire, il est indispensable avant tout de se pardonner soi-même.**

**Mais que serait LE PARDON sans L'AMOUR !?**

Ce rendez-vous va mettre l'accent sur un processus de libération des émotions destructrices que nous nourrissons en notre sein à chaque instant qui passe, tout au long de notre existence, sans même nous en rendre compte.

Ces parasites du **NON-PARDON** destructeurs, à qui nous donnons carte blanche, dévorent peu à peu la part d'éternité qui est en nous, dans notre chair, dans notre cœur, celle que l'on nomme AMOUR.

Seront mis en pratique lors de cet atelier :

- Respiration en cohérence cardiaque
- Observation de nos émotions refoulées
- Leur accueil dans la bienveillance du groupe
- Mise en action du processus de paix intérieure
- Partage et mise en pratique d'outils
- Reconnexion à notre dimension spirituelle par l'ouverture de la conscience du cœur.



## OBJECTIFS

Entamer un processus de libération des émotions destructrices que nous nourrissons en notre sein à chaque instant qui passe, tout au long de notre existence, sans même nous en rendre compte.

## SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Lundi	23-11-2020	18:00	02:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE