ÉCOUTE TON CORPS
Être bien, ça s'apprend

La guérison des blessures de l'âme

Ce que l'atelier vous apporte

Apprendre à reconnaître et à amorcer la guérison des blessures de l'âme, dans une approche respectueuse et bienveillante.

Nous naissons tous avec certaines des cinq grandes blessures de l'âme : le rejet, l'abandon, l'humiliation, la trahison et l'injustice. Ces blessures influencent nos comportements, nos relations, et notre bien-être au quotidien.

Grâce à des outils concrets et des exercices pratiques, vous serez mieux outillé pour vivre vos relations avec plus de conscience et de paix intérieure.

Les bénéfices concrets pour vous

- Identifier clairement les blessures qui influencent vos réactions.
- Réduire l'emprise de votre ego sur vos comportements.
- Améliorer vos relations personnelles et professionnelles.
- Développer des outils concrets pour mieux réagir dans votre quotidien.
- Favoriser un retour au calme et à l'équilibre émotionnel.

Contenu

- Comprendre le rôle et l'origine des cinq blessures de l'âme.
- Reconnaître la blessure de rejet, présente chez chacun de nous.
- Travailler sur un problème relationnel concret pour faire le lien entre plusieurs blessures.
- Explorer les mécanismes de l'ego et comment il entretient la souffrance.
- Acquérir des moyens pratiques pour diminuer l'impact des blessures dans la vie quotidienne.

Des exercices pratiques viennent compléter les apports théoriques, permettant une intégration profonde et durable.

Profil du participant

Toute personne souhaitant mieux se comprendre, améliorer ses relations,
et cheminer vers une plus grande paix intérieure.
Aucune expérience préalable n'est requise.

Objectifs

- ✓ Devenir conscient le plus rapidement possible de la blessure activée
- ✓ Apprendre à gérer ses blessures au quotidien grâce à des outils concrets

Durée : 2 jours de 9h00 à 17h30

Prix : 375$ + taxes /375€. Plusieurs **rabais disponibles.** Informez-vous

Date : Référez-vous à la page de l'atelier sur notre **site web** **www.ecoutetoncorps.com.**

Inscription : Un acompte de 60$/60€ est nécessaire pour réserver votre place. Le solde peut être payé en 3 versements mensuels. Pour vous inscrire, visitez la page web de l'atelier ou communiquez avec nous ou un de nos organisateurs.

955 Chemin du Lac Écho, local 110, Prévost (Québec) J0R 1T0 CANADA
Tél : 450.431.5336 ou 1.800.361.3834 | info@ecoutetoncorps.com | www.ecoutetoncorps.com