

Discerner nos voix pour trouver notre voie

Dans la méditation comme dans le quotidien

Il y en en nous beaucoup de voix qui nous parlent.

La voix de notre corps, qui nous invite à l'écouter pour qu'il puisse rester longtemps en bonne santé avec nous

La voix de nos sentiments qui veulent nous faire jouir tout de suite.

La voix de notre Ego qui veut notre réussite sociale et professionnelle.

La voix de notre mentale qui décharge sur nous toute sorte de pensées, d'image, de sensations, de désirs, de peurs.

La voix de notre âme qui veut que nous soyons heureux et en paix, que nous nous développons et que nous allions toujours plus pour devenir des être de lumière allant vers celui qui nous donne la vie.

Il nous faut bien discerner toutes ces voix pour trouver notre voie.

Et parfois pour retrouver notre voix

Ce que nous faisons, expérimentons, est toujours ajusté au moment ou nous le vivons.

A nous ensuite de discerner ce que nous voulons vivre dans le futur.

Patrick R. Afchain

Patrick R. Afchain
Zen-Lehrer / Coach

Mädliweg 10
CH-9470 Werdenberg
Tel. + 41 81 740 60 06
Mobil + 41 79 333 28 61
info@zen.li
www.zen.li