

Rencontre avec Somasekha au Cap Ferret

Conférence vendredi 4 avril à 19 h

« Sourire à la peur »

La peur !

Elle nous est bien familière.

Angoisse, doute, inquiétude, cogitations mentales,
stress ou manque de confiance ;

La peur nous perturbe et nous fait souffrir au quotidien.



Pourtant, cette énergie émotionnelle peut devenir une ressource positive
et un facteur d'épanouissement et d'éveil.

Il nous est possible de l'envisager comme une invitation plutôt qu'un obstacle ;
de nous ouvrir à elle plutôt que de la refuser ;
de l'accueillir, de nous détendre en elle
et de lui sourire...



Atelier samedi 5 avril : la plénitude d'être

De 10 h 30 à 17 h 00

Cette rencontre vous accueille dans la détente et la fraîcheur unique de l'instant.

Elle vous invite à découvrir, par delà les brumes passagères de la pensée,

un espace naturel de tranquillité et Ce que vous êtes en vérité :

Cœur infini de paix, de joie et d'amour.

Participation : Conférence : 10 €

Atelier : 70 € (en cas de difficulté financière, n'hésitez pas à nous en faire part)

Lieu : 7 rue des Roitelets – 33970 Cap Ferret

Contact : Annie – tél. 05 56 60 66 25 – 06 82 69 03 90 – annicapferret@gmail.com

www.espaceducoeur.com