

# Rencontre avec Somasekha

Week-end 4 et 5 novembre à Saint Jeannet



## La sérénité au quotidien

La paix ne se trouve pas avec beaucoup d'effort et de volonté ;  
mais réside là tout près ; dans la détente et l'abandon.

Pour la trouver, il ne s'agit pas de lutter contre l'agitation et tenter de la calmer.  
Il s'agit plutôt de nous accueillir tels que nous sommes,  
sans plus nous juger ni nous condamner.

Lorsque nous nous rencontrons ainsi dans l'amour, la paix est là naturellement.

Le Cœur de notre Être se révèle alors et nous découvrons que la paix est notre état naturel.

Entre partages, méditations guidées et approches corporelles, Somasekha  
nous invite, avec douceur, amour et humour, à réaliser le bonheur que nous sommes.

Lieu : Chapelle Saint Jean Baptiste - Rue de la Ferrage - 06640 Saint Jeannet

Horaires : 10 h 30 à 17 h - Possibilité de pique-niquer sur place

Participation : 60 €/jour - 120 € le week-end

*Pour toute difficulté financière, n'hésitez pas à nous en faire part*

Contact : Isabelle - 06 81 01 45 05 - [Email](#)

S'inscrire

[www.espaceducoeur.com](http://www.espaceducoeur.com)