

Newsletter n° 42

Janvier 2026

*Je vous souhaite une très belle et heureuse
année 2026 remplie de joie, d'amour et de
bonheur !*

Programme du premier semestre 2026 pour les Ateliers "Cercles de transformation"

Pour les personnes désireuses d'améliorer leur bien être par la libération de
programmations erronées ou obsolètes ou tout simplement celles qui sont
désireuses de mener un travail en profondeur afin d'évoluer spirituellement :

Fréquence : 1 thématique différente chaque mois. Un atelier le vendredi ou le
samedi de 14h00 à 17h00.

8 participants maximum par séance

Participation sur dons libres



27 ou 28 Février

Ecouter de la
musique
avec tout son corps

Venez vivre la musique en pleine conscience !
Resentez en les vibrations et accueillez ce
qu'elle réveille au plus profond de vous.



27 ou 28 Mars

Se libérer
de l'égo

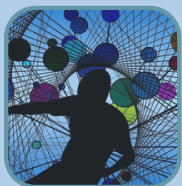
Vous avez peur des jugements et avez du mal
face au regard des autres ? Vous avez tendance à
vous justifier, jouer un rôle, mettre un
masque,...



24 ou 25 Avril

Consentir à
l'inconnu

Vous avez peur de perdre le contrôle
Il vous est difficile d'être spontané(e).
Vous manquez de confiance,...



22 ou 23 Mai

Se libérer
des illusions
de complétude

Vous sentez-vous souvent piégé(e) par des relations
ou des dépendances émotionnelles qui semblent
vous contrôler ? Vous souhaitez retrouver de la
sérénité !



19 ou 20 Juin

Harmoniser son
féminin et son
masculin sacrés

Vous vous laissez dominer par vos impulsions
ou à l'inverse vous êtes passif
et avez des difficultés à vous positionner

Qu'est ce que l'écoute de la musique au travers de son corps ?

Nos perceptions ne sont pas uniquement reliées à nos sens physiques mais elles permettent également d'accéder à d'autres plans plus subtils.

Lorsque l'on écoute de la musique en pleine conscience, c'est à dire que notre corps, notre âme et notre esprit font l'expérience du moment présent en totale harmonie, alors l'expérience ne se limite pas à l'écoute du son, des paroles et au ressenti des émotions qui émergent du morceau de musique écouté . L'esprit se relâche complètement pour laisser l'âme entrer en relation avec le corps. Ceci entraîne une prise de conscience élargie et un ressenti corporel accru au niveau des énergies activées par la vibration de la musique. Ce phénomène peut même se traduire par de la visualisation de couleurs ou d'images et entraîner une sensation de profonde relaxation, de légèreté et de paix intérieure.

Si vous êtes intéressé(e) par cette expérience, n'hésitez pas à vous inscrire à une séance du mois de février.

Réservation par sms ou par mail en indiquant le nombre de participants et leurs prénoms

Plus d'informations sur la page "Actualités" du site internet

Retrouvez les informations complémentaires :



Sur le site internet
existentielessentiel.fr



Par mail
existentiel.essentiel@gmail.com



Par téléphone
06 32 70 39 05



Sur Facebook
[FrancoisDeale](https://www.facebook.com/FrancoisDeale)