



DOJO ESPRIT ZEN

Édition Janvier 2024 n° 248

Soirée de Méditation et Bain de Gong pour accueillir cette nouvelle année 2024

Samedi 20 janvier de 20h15 à 22h15

Soirée Méditation
& GONG

Accueillez et fixez
vos intentions pour
2024


Samedi
20 janvier
2024

20H15
à
22H15

DOJO ESPRIT ZEN
766 chemin de Terre Rouge
Le Plein Sud
83160 La Valette du Var

Tarif 20 euros

Informations & inscriptions
lynnthiry@gmail.com
07 81 37 63 70
www.lotusawakenings.com/association.html



**2024 est arrivé et nous offre à tous la possibilité de prendre un nouveau départ.
Libérez-vous de l'énergie de 2023 et accueillez 2024.**

$2 + 0 + 2 + 4 = 8$, huit est le champ énergétique, la force vitale, l'énergie pranique. Cela représente plus de puissance, plus de vitalité, plus d'énergie, plus de guérison et plus d'options. Si nous avons la force vitale, nous pouvons tout résoudre, alors que les vents puissants (élément Air) du changement entrent dans cette nouvelle année, nous nous tenons forts comme des guerriers.

"Qu'est-ce que j'ai envie de faire cette année ? Qu'est-ce que j'aimerais expérimenter ?"

Nous sommes tous animés par le désir d'évoluer, de nous développer, de devenir davantage ce que nous savons pouvoir être.

Fixez vos intentions, vos envies, vos résolutions, vos objectifs pour passer à l'action en 2024. Commencez cette nouvelle année en vous engageant envers vous-même. « Devenez le Vous que vous aimeriez être ». Sentez-vous bien et alignez votre corps, votre esprit et votre cœur sur la lumière la plus élevée.

Rejoignez-nous pour cette Soirée de Méditation et Bain Gong pour méditer avec une énergie nouvelle et fixez vos intentions pour 2024. Détendez-vous profondément aux sons harmonieux du gong.

Détendez-vous et lâchez prise!

renseignements et inscription : lynnthiry@gmail.com – 07 81 37 63 70

Tarifs : 20 euros

Voyages sonores

Le samedi 27 janvier 2024, de 18h30 à 19h30



Pour commencer cette année en douceur et avec grande bienveillance envers "soi m'aime", nous vous proposons un voyage sonore le samedi 27 janvier de 18h30 à 19h30.



Rémy musicien et Alexandra praticienne sonore, vous accompagneront intuitivement avec cette diversité d'instruments qui fait que les voyages sonores sont magiques et uniques...

La magie des sons, des vibrations vous permettra de porter vos intentions là où elles le doivent et d'harmoniser votre être dans sa globalité...

Un voyage autour des éléments, des plus denses aux plus subtils, pour accéder à certaines parts de vous encore inexplorées...

Rien d'autre à faire que laisser faire ...

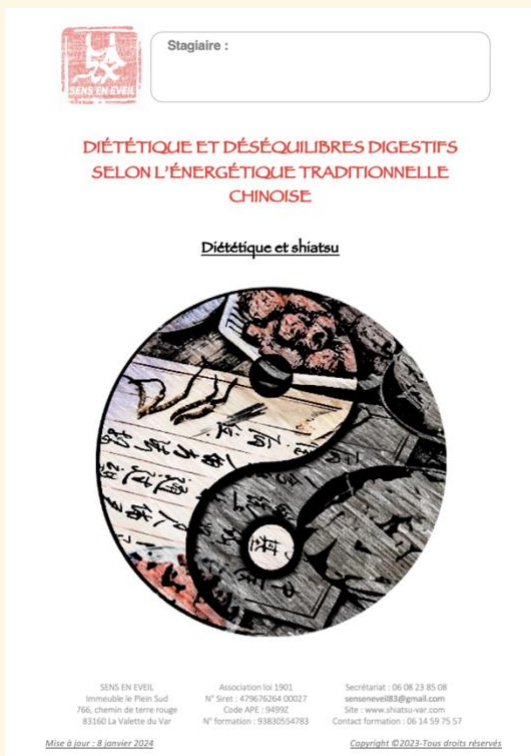
Vous pourrez déguster une boisson chaude et prendre le temps de savourer ce moment suspendu.

Renseignements et inscription : alexandragebauer@hotmail.fr ou 06 60 75 08 31

Tarifs : 15 euros

Au plaisir de partager ✨ 🎵

Comment passer un hiver serein grâce à la diététique ?



Profitez des conseils de notre formatrice et adaptez votre alimentation à la saison pour profiter pleinement de l'hiver

Vous avez aimé notre vidéo de la semaine dernière?*
Retrouvez la suite [ici](#) ➡

Suite et fin dans notre prochain numéro !

À bientôt !

*Vous avez raté la première partie? Pas d'inquiétude, retrouvez-là [ici](#) ➡

Pour ne plus manquer nos vidéos, abonnez-vous à notre chaîne en cliquant [ici](#) ➡