

LA BHAKTI : UNE INVITATION AU DIVIN

Dans toutes les traditions spirituelles, le cœur est le lieu le plus sacré qui soit. La vie est un pèlerinage invitant l'être humain à se rapprocher de la Source Sacrée cachée dans son propre cœur.

Ne cherchons plus à être comblés par l'extérieur, mais retournons-nous vers cet océan d'amour qui habite dans nos profondeurs.

Choisissons d'aller à la rencontre de notre nature profonde qui est amour.

Réapproprions-nous la capacité fondamentale de notre cœur qui est d'aimer, donner et rayonner.

Laissons les trésors de la tradition de l'Inde nous guider vers cette rencontre du divin au fond de notre être en nous conduisant dans ce temple du cœur, si proche, si intime et accessible à tout instant.

Rituel de reliance au sanctuaire du cœur, postures de yoga, voyages intérieurs à valeur méditative, mudras (gestuelle sacrée des mains), pranayama (exercices simples de respirations), chants de mantras, ouverture à la vibration sacrée du cœur dans le silence ...

Venez découvrir le bhakti yoga, ou yoga du cœur, de l'amour et de la dévotion, véritable invitation à aller à la rencontre du Divin présent au fond de notre être au-delà de tout dogme religieux. Dans la Bhagavad-Gita, Krishna, archétype divin,
exprime ceci : « Je me tiens dans le cœur de chaque être. ».

N'hésitez pas à me contacter pour connaître les modalités de cet accompagnement individualisé sur 2 jours.

www.alarencontredesoi.fr/contact.html