

Semaine 4 Célébration

« Nous guérir et nous aimer est la meilleure et la plus simple façon de guérir et d'aimer le monde entier ».

- Josaya

Mes actions

Faire l'exercice suivant :

- ▶ dire "Je t'aime" en pressant légèrement le front
dire "Merci" en tapotant le dessus du crâne

J'écris ou je dessine dans le mandala :

- ▶ les effets, les sensations, les changements, les prises de conscience qu'amènent cette pratique

J'écoute cette vidéo :



<https://www.youtube.com/watch?v=V1bFr2SWP1I>

La méthode pratique du Ho'oponopono, Éditions Edigo, 156 pages.
Josaya, Ho'oponopono La paix commence à partir de vous, Macro Éditions, 330 pages

Expérience spirituelle

Le Ho'oponopono et la quête de sens

Semaine 4 Célébration

