



La Sophrologie Dynamique

Voyage au Coeur de l'Être

www.sophrologiedynamique.com



L'Être humain est doté de capacités exceptionnelles. Son corps, son esprit et son courant de pensée régissent tout dans sa vie.

Notre corps réagit à notre courant de pensée. Si vous regardez quelqu'un subir du mal, soit en direct, soit à la télévision, une réaction se produit en vous, une sensation provoquée par votre pensée. Même chose si vous voyez un geste d'amour et de compassion, votre corps répondra par des sensations perceptives.

Le courant de pensée d'un individu est un château fort qui devrait être protégé de toute intrusion extérieure. Or, dans notre société inondée d'artifices et de fausses valeurs, les individus en viennent à perdre leurs propres courants de pensée et se joignent à des courants de pensées collectives, à des pressions de leur entourage, à la recherche d'idéaux qui ne s'harmonisent pas toujours avec leurs propres valeurs. S'ensuit alors un désordre intérieur, une mauvaise résonance harmonique dans leur for intérieur qui peut affecter leurs conditions de vie.

La Sophrologie Dynamique, c'est l'exploration de l'Être et de ses mécanismes de fonctionnement, c'est la découverte des mécanismes créant l'harmonie ou le désordre dans l'équilibre corps-esprit.

Les techniques apprises en Sophrologie Dynamique ne peuvent s'apprendre autrement qu'en les vivant et en prenant le temps de bien comprendre pourquoi notre corps réagit aux stimuli des images de notre esprit et pourquoi notre subconscient obéit aussi aux stimuli extérieurs, bons ou mauvais pour nous.

Le fonctionnement des outils appris en Sophrologie Dynamique s'appuie sur la maîtrise des états modifiés de conscience en optimisant les principes actifs des ondes cérébrales Alpha et Thêta. Ces ondes de résonance de notre cerveau nous permettent, lorsqu'on est en parfait contrôle, d'optimiser nos conditions intérieures et physiques et ainsi de reprendre notre propre pouvoir de soi.



S'offrir la Sophrologie Dynamique, c'est s'offrir un voyage intérieur pour y découvrir les clefs de la gestion de sa propre vie.

Durant le séminaire de Sophrologie Dynamique, l'individu prend conscience de ses propres environnements influant sur son courant de pensée, dans une méthode très personnelle, non invasive et respectueuse. La Sophrologie Dynamique, ce n'est pas une thérapie de groupe car chacun garde ses expériences pour soi et les vit en harmonie avec sa propre croissance personnelle, dans le plus grand des respects.

Les techniques de Sophrologie Dynamique ne sont pas du yoga ou de la relaxation, même si elles procurent de grands bénéfices personnels sur le plan énergétique. Les techniques ont comme but de découvrir ses forces intérieures et de les optimiser puis de devenir autonome en développant son libre arbitre dans un cadre qui est très personnel à chacun. En fait, l'individu apprend à sortir hors des cadres qu'il a établis et en retire des bénéfices immédiats en vivant l'expérience.

Notre cerveau produit des ondes dans différentes fréquences et, parmi ces ondes, certaines sont actives à l'état d'éveil tandis que d'autres sont actives en états modifiés de conscience. On définit un état modifié de conscience sophronique comme étant un état de relaxation dans lequel

on se retrouve alors qu'on peut imaginer, visualiser autre chose que la réalité actuelle, en harmonisant notre corps et notre esprit par des moyens de relaxation non invasifs. Ainsi, on accède à des niveaux de conscience ayant des impacts actifs et directs sur notre corps, nos organes, en fait sur toute la gestion de notre corps physique.

Les exercices de relaxation Sophronique de la Sophrologie Dynamique permettent d'atteindre l'équilibre de l'être dans ses quatre natures, physique, émotive, intellectuelle et spirituelle, afin d'accéder à un état de parfaite expression de soi autant extérieure qu'intérieure en harmonie avec notre corps physique.

Des outils de visualisation puissants sont intégrés en Sophrologie Dynamique vous permettant la fixation d'objectifs par l'optimisation de la loi de l'intention, en symbiose avec la loi de la cause à effet, et maîtrisant la gestion des énergies environnantes ainsi que leurs effets potentiels sur vous et sur les autres.

Les énergies sont des mécanismes puissants qu'il faut apprendre à bien gérer et il existe des points d'ancrages et des règles très importantes pour rendre efficiente cette gestion afin de ne pas simplement déplacer des situations, mais savoir les maîtriser dans un dessein constructif et sans préjudices pour quiconque.

“Si vous voulez trouver les secrets de l’Univers, pensez en terme d’Énergie, de fréquences, d’informations et de vibration”

Nikola Tesla

En Sophrologie Dynamique, vous évacuez les mauvaises énergies et les remplacez par de l'énergie neutre qui sera ensuite repolarisée en fonction de votre courant de pensée, faisant de vous le maître à bord.

Nikola Tesla a dit : ***“Si vous voulez trouver les secrets de l’univers, pensez en termes d’énergie, de fréquence, d’information et de vibration...”***

La Sophrologie Dynamique, c'est l'exploration des mécanismes vibratoires de l'Être dans un environnement des plus sécuritaires.

C'est la découverte des mécanismes puissants de l'esprit qui peuvent être utilisés pour toute bonne chose que vous désirez : changer des habitudes, se fixer des objectifs de carrière, réussir ses études, améliorer sa situation amoureuse, gérer les stress de la vie quotidienne, résoudre des conflits qui perdurent, gérer sa propre santé physique, émotionnelle, spirituelle et mentale.

Le séminaire de Sophrologie Dynamique se déroule du vendredi soir au dimanche soir en mode intensif, soit en environ 25 heures d'apprentissage théorique et pratique incluant une dizaine de séances de relaxation sophroniques utilisant la visualisation constructive en mode de transcurrences dirigées, en toute sécurité et dans le respect des individus.



Reprenez la maîtrise de votre courant de pensée personnel et reprogrammez vos objectifs en fonction de vos propres valeurs.



Accédez à cet état d'équilibre de votre Être dans vos quatre natures :
physique, émotive,
intellectuelle et spirituelle.



Acquérez les outils puissants de maîtrise de soi et placez vos propres protections afin de conserver votre intégrité dans votre vie personnelle, professionnelle, amoureuse et sociale.



Ne soyez plus l'outil de la réalisation des rêves d'autrui et devenez le créateur de votre propre vie, en harmonie avec votre entourage.



S'offrir la Sophrologie Dynamique, c'est s'offrir un voyage exploratoire à l'intérieur de son Être et partir à la découverte des clefs de la gestion de sa propre vie.

www.sophrologiedynamique.com

OSEZ Être Vous- Même

Pour obtenir plus d'informations ou
pour vous inscrire à un séminaire
de Sophrologie Dynamique :

Québec et autres
régions du Québec:

Luc Joubert Tél: 418-473-4756
sophrologie@lucjoubert.com

Collaborateurs (trices) régionaux :

ESTRIE - Granby-Sherbrooke-Magog

Sonya Roussel : 819-432-7700 sonyabel@outlook.fr

Sylvie Goudreau : 514-574-4449 s_goudreau@msn.com

Vous êtes intéressé de devenir collaborateur (trice)
dans votre région?
Contactez-moi