

— Michèle Cyr —  
Le Retour à la Source

Conférence-Atelier « Retrouver la paix intérieure »  
Contenu détaillé de la séance

**Partie 1 : Introduction**

- ❖ Présentation et introduction générale, les consignes

**Partie 2 : La préparation au recadrage spirituel**

- ❖ L'ego ou l'Esprit : deux choix possibles
- ❖ La dynamique de l'ego : un choix pour la souffrance et l'impact de l'ego dans sa vie
- ❖ Se préparer pour le recadrage spirituel
- ❖ Les 5 étapes du recadrage spirituel

**Partie 3 : La mise en pratique du recadrage spirituel**

- ❖ Étape 1 : Prendre conscience et observer libre de tout jugement
- ❖ Étape 2 : Prendre la responsabilité de sa projection, de sa perception et de sa réaction
- ❖ Étape 3 : Demander au Guide universel de libérer les croyances
- ❖ Étape 4 : Accéder à la vision spirituelle
- ❖ Étape 5 : Recevoir la guidance pour l'action juste et la poser

**Partie 4 : Le mot de la fin**

- ❖ Échanges sur les prises de conscience, les percées, les blocages
- ❖ Conclusion et prochaines étapes