

Le cercle de lecture
FACE À MOI-MÊME



« 7 THÈMES »



7 THÈMES

Mois 1: initiation à la méditation

Mois 2: identité

Mois 3: le pardon

Mois 4: le stress

Mois 5: les croyances

Mois 6: l'estime de soi

Mois 7: la gratitude



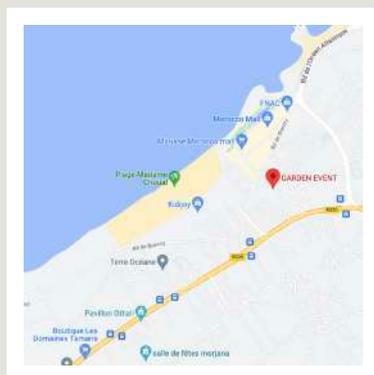
Casablanca :

- Centre Topzen,
- Garden Event

Tétouan :

- Cabo negro « retraite »

En avant première, une conférence préparatoire sera organisée à Garden Event



Infos & résas
06 61 16 18 59



À propos

Il s'agit d'un cercle interactif de lecture participative en vue de

- transformer peu à peu votre état d'esprit,
- créer votre réalité,
- améliorer votre santé physique et mentale.

Ainsi, au bout du compte

- découvrir les pouvoirs de votre esprit,
- faire un bond quantique dans tous les aspects de votre vie.



C'est un concept excellent pour les novices, mais également stimulant pour ceux et celles en recherche de congruence.



Programme « exclusif » pour vous surpasser et vous libérer

- 7 livres sur 7 thèmes « à lire à votre rythme »
- 7 ateliers de formation, de questions/réponses et de pratique
- 4 à 6 méditations « audio » par livre
- 1 communauté sur Facebook

Ce cercle de lecture s'articule autour de sept ateliers qui changent la vie. Il est entièrement orienté conseils pratiques et exercices ludiques que vous pouvez aisément mettre en pratique dans votre vie quotidienne. Il est idéal pour les personnes ayant un minimum de temps libre, et en quête de changement interne et de réalisation externe.

De plus, si vous n'avez pas vu votre sourire depuis quelques temps, ce parcours vous le rendra.

Êtes-vous déjà membre du Cercle de lecture «Face à Moi-même» sur 7 thématiques ou souhaitez-vous vous inscrire ?

Voici un guide complet sur le changement et la connaissance de soi : Changez et racontez votre nouvelle histoire, apprenez à vous connaître et devenez invincible, toujours aligné et inébranlable !

Vous êtes l'unique responsable de votre histoire de vie !

Si vous le manquez, l'univers s'opposera à vous et vous plongera dans la confusion.

L'essentiel pour être heureux est de récupérer ce qui est vôtre, ce qui vous appartient : vos dons uniques et vos pouvoirs. C'est ce qui est édifié par la série des sept livres « face à moi-même ».

J'ai appris que la connaissance de soi est l'actif le plus important pour une vie heureuse et épanouissante. Ces enseignements visent à vous accompagner dans votre quête de liberté et de potentiel et à les préserver.





DEVENEZ L'AUTEUR
DE VOTRE HISTOIRE
PERSONNELLE





CULTIVEZ
VOTRE
DIFFÉRENCE,
DÉPLOYEZ
VOTRE (HAUT)
POTENTIEL,
SOYEZ
VOUS-MÊMES

Comme dit le dicton, «Qui cherche trouve »

Mais où aller chercher et trouver la belle histoire de votre vie
avec ses ingrédients ?

Votre lumière, votre identité, la paix ?
Le potentiel intrépide, l'estime de soi, la vie active et la
gratitude ?

Découvrons ensemble comment s'approprier ou se réapproprier
toutes ces ressources !

7 THÈMES POUR VIVRE PLEINEMENT VOTRE HAUT POTENTIEL

Ce qu'il y a de plus important pour être heureux, c'est d'avoir ce qu'on ne peut pas acheter :

- La pleine conscience, c'est la méditation : votre lumière.
- L'«autoréférence» de l'identité de soi est à travers l'âme: votre SOI supérieur.



- Paix, grâce au pardon : votre élévation.
- Le pouvoir, par le biais de croyances exaltantes : votre supra structure.
- L'impulsion de la vie, au travers de la propulsion des émotions : votre moteur.
- L'estime de soi, par l'auto-empathie: le contenu de votre vie
La reconnaissance, à travers un esprit ouvert : votre engrais.

LA LECTURE PEUT SE FAIRE OÙ QUE VOUS SOYEZ, À TOUT MOMENT



Initiation à la méditation.

L'initiation à la méditation nous permet de faire une introspection profonde et de rencontrer nos parties ténébreuses afin de les libérer. Une fois relâché, notre lumière jaillit. Hello les possibilités infinies !

Mon identité.

La recherche de votre identité permet de renouer avec son identité réelle. Est-elle emprisonnée par l'ego ? Dans l'affirmative, utiliser les outils fournis dans le manuel et le libérer. Une fois relâché, nous sommes en ouverture, en présence et en pure conscience. Notre identité s'exprime par l'unité de l'âme; nous sommes dans la meilleure version de nous-mêmes.



Le pardon.

- Pardonner pour oublier, "c'est le pardon de qualité médiocre", le lien toxique demeure.
- Pardonner et libérer les liens toxiques et prendre de l'expansion. "C'est la qualité supérieure du pardon"
- Ne pas pardonner, vous prive de votre paix intérieure et de votre liberté. Méditez sur vous-même et trouvez des solutions dans le livre, avec la signification et les vertus du pardon.



Stress ami ou ennemi ?

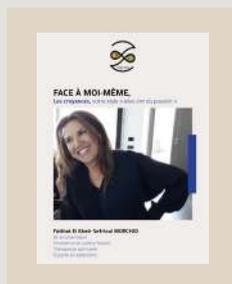
Le stress peut être un allié ou un ennemi; S'il s'agit d'un ennemi, notez que nous nous concentrons sur sa cause et ignorons ses effets néfastes sur le corps. Nous le conservons donc en nous, et il se transforme rapidement en symptômes qu'il est impossible d'ignorer.

Découvrez de nombreux outils simples et efficaces dans l'ouvrage afin de changer votre rapport au stress et d'en faire un allié.



Les croyances, votre style « elles ont du pouvoir »

Les croyances vivent en vous et grandissent à vos côtés; elles opèrent en silence, et elles ont le pouvoir sur vous. Elles peuvent vous motiver et vous conduire vers des possibilités illimitées ; vous sortir d'un état limité pour toucher le monde de la conscience illimitée. Comme elles peuvent vous démotiver et vous ralentir, puisqu'elles brident votre potentiel. Qu'elles sont les vôtres? Puissez de l'inspiration dans le livre pour travailler dessus.



Estime de Soi, à sa juste valeur « Pour tous les âges »

J'ai appris que l'estime de soi est l'actif le plus important pour mener une vie remplie, heureuse et gratifiante; l'estime de soi est le contenu de la vie. Aimez-vous tels que vous êtes et tels que vous êtes, car s'aimer soi-même, c'est s'embarquer dans une magnifique histoire d'amour qui durera toute une vie; vous le méritez. Sachez-le !!!

Gratitude is the best attitude

Grâce à la gratitude, vous avez droit à la grâce, qui est le principal atout d'une vie heureuse et enrichissante. Il existe deux versions de la gratitude, l'une où elle est présente au sens large, l'autre se limite aux aspects positifs de la vie.

Laquelle est la votre? Inspirez-vous du livre pour en faire l'engrais de votre existence.





LA GENÈSE QUI M'À LAISSÉE ÉCRIRE

La vie nous offre de nombreuses occasions de travailler spirituellement; Je suis très heureuse d'avoir tiré parti de cette période de pandémie de COVID-19 et de confinement, pour transcrire dans ces livres le fruit de mes formations et recherches sur l'épanouissement personnel depuis 12 ans. Il s'agit de la série des 7 livres thématiques intitulée «Face à MOI-même».

Aujourd'hui, je suis enthousiaste à l'idée de les partager et d'inviter les lecteurs à mettre en pratique les enseignements qui y sont transcrits. Ces livres s'appuient sur les précieux enseignements tibétains et les plus grands experts en la matière. C'est ce qui me simule le plus et c'est là que ma vie détient actuellement son énergie.

Je ne parle pas de moi à titre d'expert, mais de quelqu'un qui suit le chemin. Je sais que Les possibilités de travail sur soi et de succès suivant les instructions des 7 sujets des 7 livres sont grandes.

Je vous invite à en profiter, c'est tout !

L'UTILITÉ DES LIVRES

Les techniques présentées dans ces livres vous permettent de vous libérer de vos masques, conditionnements et de vos chaînes qui limitent votre vie sous tous ses aspects; pour découvrir votre plein potentiel.

- Vous apprenez à vivre l'instant présent !
- Vous passez d'un haut niveau de stress à un haut niveau de bien-être !
- Vous allez de la stagnation vers l'action!
- Vous allez du manque de confiance vers le rayonnement de votre plein potentiel !
- Vous passez de spectateur en acteur de votre vie !
- Vous allez de l'ignorance à la connaissance de soi !
- Vous passez de votre prison intérieure à votre libération !

Pour parvenir à l'expression pure et authentique de votre accomplissement et de votre essence; Pour devenir inébranlable, vivre votre vie de rêve et accomplir votre mission de vie.

Tel qu'énoncé par le Dr Wayne; l'état de votre vie n'est ni plus ni moins qu'un reflet de votre état d'esprit.

Réfléchissez à La façon dont votre état d'esprit influe sur votre vie! Et interrogez-vous, comment puis-je servir à l'humanité? La réponse sera claire et accessible .





La doctrine révolutionnaire de Fatihat el Kheir vous aidera à :

- Vivre dans le moment présent.
- Prendre des décisions plus conscientes.
- Être la meilleure version de vous-même.
- Être plus créatif.
- Passer de la plainte à la reconnaissance.
- Renouer avec le corps et l'esprit.
- Renouer avec votre identité divine.

DE MOI À VOUS,
C'EST VOTRE APPEL AU RÉVEIL.

À QUI SONT DESTINÉS CES LIVRES THÉMATIQUES?

Ce cercle de lecture convient à quiconque souhaite se transformer ou changer; intégrer le bonheur et le bien-être au quotidien; développer son plein potentiel et devenir le meilleur de sa version . Aussi, pour les personnes ayant un minimum de temps libre !

Qu'on soit un homme ou une femme, entre 9 et 99 ans, on peut faire ce programme !

Aucun prérequis n'est nécessaire et la formation s'adaptera pour vous permettre de progresser de façon continue.

- À savoir dans ces pratiques, nous ne recherchons pas le changement par notre intellect;
- mais nous apprendrons à regarder nos pensées et à modifier notre rapport avec elles;
- écouter notre corps et nos émotions et détecter les messages sous-jacents; il s'agit du langage de l'inconscient.



Faisons de 2022
l'année que nous
retiendrons toujours
en tant qu'année du
vrai changement
mémorable!



BIOGRAPHIE

Dr Fatihat el Kheir Sefrioui

Thérapie et sevrage addictif

Je suis outillée de trois compétences clés :

- Une multicarte de techniques maîtrisées
- Un talent relationnel avec un oeil laser
- Une urgentiste du mal-être.

Grâce à ces trois points forts, je parviens à détecter rapidement les voies d'amélioration de mes clients; et les accompagner par des thérapies brèves efficaces et efficaces : vers le changement rapide et le sevrage de n'importe quel type de dépendance "substance ou comportement " par la célèbre méthode Adios de Sara Nacass. Et aussi les accompagner dans l'atteinte des objectifs et de la prise de conscience de la mission de vie.

ADIOS: Activation de l'inconscient orienté solution.



Spiritualité

- Je m'intéresse à l'alignement entre l'esprit, le corps et l'âme.
- En m'appuyant sur les enseignements tibétains et leur philosophie de vie; C'est là que ma vie puise son énergie et c'est très vivant en moi.
- J'ai initié un grand nombre de personnes à la méditation tibétaine, au yoga et à diverses techniques de respiration purificatrices. Cela leur permet de vivre en présence, en conscience, et en ouverture. Autrement en étant dans la tranquillité, le silence et l'espace « de l'intérieur ».
- Je prescris des ordonnances spirituelles visant à approfondir le chemin de réflexion et de transformation de chacun; de rendre clair tout ce qui est obscur, de découvrir ses dons uniques et pour les mettre au service de l'humain.

AUTEURE D'UNE SÉRIE DE LIVRES SUR « FACE À MOI-MÊME »



- Initiation à la méditation
- Identité
- Le pardon
- Le stress
- Les croyances
- L'estime de soi
- La GRATITUDE

Espace Topzen

C'est un endroit conçu selon la méthode du fengshui, pour donner vie à tout ce qui a trait au bien-être, la santé émotionnelle, et l'épanouissement personnel; Sous forme d'ateliers, de conférences, de séminaires et de stages, avec des intervenants bien connus et reconnus (locaux et internationaux).

Les gens viennent dans cet endroit avec une grande soif pour apprendre et se transformer.

Tout se passe dans la quiétude, l'ouverture, la bienveillance...

Aujourd'hui, depuis 12 ans, je suis reconvertie aux méthodes alternatives et complémentaires. Et depuis 4ans, Je suis praticienne en addictologie.

Mes recherches sont basées sur la façon d'activer les puissances inattendues de notre corps et de nos capacités intérieures.

Je m'intéresse principalement aux techniques les plus efficaces de reprogrammation de l'inconscient, combinées à la spiritualité pour agir jusqu'au niveau cellulaire « Grégoire ».



