



Institut Privé de Sciences Humaines
3 rue Siméon Foucault
44000 NANTES - 02 40 48 42 76

Graines de Sagesses



pour la vie intérieure *

**Coaching Psycho-spirituel
avec Jean-Pierre Le Gouguec**

* A l'origine, les textes proposés dans cette Newsletter sont des réponses à des questions vivantes posées par des personnes en formation à l'IPSH (formation à la Psychologie Transpersonnelle animée par Aruna et Jean-Pierre Le Gouguec). Les thèmes évoqués dans ce contexte ont une portée universelle. Ils intéresseront toute personne concernée par la psychologie des profondeurs et par la spiritualité.

Graine de sagesse n°11 – Juin 2009

"L'Amour sincère"

*Apprendre à **exprimer** ses vrais sentiments, ses véritables états d'âme, ce que l'on pense et vit vraiment en soi-même, plutôt que de le réprimer par peur de ne pas être aimé, est **essentiel** pour vivre une **relation amoureuse bienheureuse**.*

*L'Amour entre deux êtres ne se développe en effet que s'il y a **échanges sincères** entre les partenaires (échanges d'âme à âme et de cœur à cœur...), ce qui demande à chacun d'être "**authentique**" et d'oser "**être soi-même**", en choisissant de se dévoiler et de se confier à l'autre, au fur et à mesure que la **confiance** s'établit...*

*Plus on se connaît en profondeur, plus on découvre alors que l'on est **par essence "aimable", digne d'être aimé et valeureux** ! ... ce qui est une des conditions essentielles pour être heureux en amour.*

*C'est pourquoi, entreprendre une démarche de **connaissance de soi-même** est toujours un "**plus**" pour la vie amoureuse !*

🔗 Prochaine Graine de sagesse : "*Se sentir différent du plus grand nombre est-il anormal ?*" ...

PS : Si vous avez aimé ce petit texte, faites le circuler ! ...