

# Retrouver l'équilibre fondamental corps-esprit

La solution est en nous !

Denis EMONET



160 pages

Collection: Ressources & Santé

Format: 15 x 23 cm - Q202

Prix de vente: 15 €

ISBN: 978-2-35805-226-9

Mise en vente: 11 juin 2018

Région de l'auteur: 38 Isère



**Éditions**  
**Quintessence**

GRUPE ÉDITORIAL PIKTOS

Contact Presse: Florence Vaillant

f.vaillant@piktos.fr - 05.81.91.31.36

www.editions-quintessence.eu

## Ouvrir la porte à une force qui nous dépasse.

Pour résoudre nos problèmes physiques ou libérer notre esprit de ses chaînes, il nous paraît incontournable d'agir d'une manière ou d'une autre, en faisant appel à la médecine allopathique ou aux médecines douces, en consultant un thérapeute, un guide spirituel ou en se livrant à un travail sur soi.

L'auteur montre qu'il existe une autre possibilité : ouvrir la porte à une force instinctive qui ne demande qu'à réajuster ce qui a été faussé en nous tout au long de notre histoire.

Pour réveiller cette force endormie, il nous invite d'abord à reconsidérer notre rapport à la maladie et à tous les symptômes psychiques ou physiques qui nous gênent ou nous font souffrir. En même temps, il préconise une pratique qui donne pleins pouvoirs au système involontaire de l'organisme. Une fois réactivé, celui-ci va montrer qu'il est capable, mieux que quiconque, de procéder à un nettoyage en profondeur de notre corps comme de notre esprit.

Ce livre, contrairement à beaucoup d'autres, ne propose pas des recettes pour soulager nos maux mais bien un réajustement en profondeur de l'ensemble de notre personne. En découlera tout naturellement un nouvel équilibre, tant psychique que physique, capable de se maintenir sans aide extérieure ni discipline personnelle.

Ce réajustement ira plus loin : en nous libérant des mémoires gravées au fond de notre inconscient, il nous fera retrouver une perception des choses et des réactions moins polluées par nos conditionnements personnels, notre « caractère » ou nos idées. Une autre voix, qui nous dépasse, pourra alors mieux s'exprimer, en nous et à travers nous.

C'est à une véritable révolution intérieure que l'auteur nous convie. Elle aura une incidence sur tous les secteurs de l'existence : le rapport à soi-même, aux autres et au monde.



*Denis Emonet s'est intéressé très tôt à tout ce qui concerne le fonctionnement du corps et de l'esprit. Deux rencontres ont été prépondérantes pour lui : celle de la pensée de J. Krishnamurti à l'âge de dix-huit ans et celle du mouvement régénérateur, une pratique à laquelle il a été initié par Itsuo Tsuda. Depuis une quinzaine d'années, il se consacre, par ses écrits, ses conférences et l'animation de stages, à la diffusion d'un message qui doit beaucoup à ces deux rencontres mais aussi à son expérience personnelle.*