



Programme FREEDOM

avec Robert Savoie

Vulnérabilité

Centre du mieux-être Robert Savoie

CP 2311, Succ Angers
Gatineau QC J8M 1W1
(819) 617-0664
www.robertsavoie.com

Tous droits réservés.

Aucune partie du présent document ne peut être adaptée ou reproduite par quelque moyen mécanique, photographique ou électronique que ce soit, ni être enregistrée ou introduite dans un système document électronique, diffusée ou copiée à des fins d'utilisation publique ou privée sans l'autorisation écrite du Centre du mieux-être Robert Savoie.

« L'armure Brisée : Embrasser la Vulnérabilité pour Transformer sa Vie »

Dans le cadre du chemin douloureux de la vie, il est souvent suggéré de se forger une armure, de devenir impénétrable aux épreuves et aux critiques.

Cependant, il existe une force insoupçonnée dans l'acte de se rendre vulnérable, une transformation profonde qui prend racine non pas dans la dureté, mais dans l'accueil et l'ouverture.

Prenons l'histoire de Sara, une femme d'affaires aguerrie, réputée pour son intransigeance et sa rigueur.

Toujours en contrôle, elle avait construit une carapace presque impénétrable autour d'elle. Cependant, lors d'une retraite en nature organisée par son entreprise, confrontée à la majesté des montagnes et à la simplicité des étoiles, quelque chose en elle a commencé à s'émouvoir.

Un soir, alors que le groupe partageait des histoires autour du feu, Sara s'est laissée aller à raconter non pas ses succès, mais ses expériences plus difficiles et ses peurs.

Ce moment de vulnérabilité a déclenché une métamorphose. Elle a commencé à percevoir ses collègues — et le monde autour d'elle — avec plus de douceur et d'ouverture.

Être vulnérable à l'abondance, c'est accepter de se défaire des armures pour mieux recevoir les dons de la vie à chaque instant.

La vulnérabilité nous invite à être accueillants, à ouvrir les bras à ce qui se présente, qu'il s'agisse de joie, de douleur, ou de simples moments de tranquillité.

Souvenez-vous que tout part de soi. 🧘

Cette semaine, je vous invite à vous offrir de la douceur et de la tendresse. Savourez l'instant présent, observez la beauté qui vous entoure, tant dans votre environnement intérieur qu'extérieur.

Lorsque nous nous permettons d'être vulnérables, nous ouvrons la porte à une transformation profonde, à une énergie nouvelle qui s'éveille en nous, prête à embrasser pleinement la vie.

Je suis tellement fier du chemin que nous parcourons tous ensemble.

Restons présents et engagés, ouverts à ce grand voyage de l'authenticité.

Robert Savoie, toujours à vos côtés.