



Connecter l'âme à la matière.

Par Laurent Espinosa

Préface de Christian Junod

Dans un monde où tout bouge en permanence. L'auteur nous invite à nous relier à notre profondeur pour en sortir le meilleur. Un guide avec plus de 35 exercices & une playlist méditation et chants inclus.

Deux mondes sont en train de se relier, celui de la matière, de la consommation, de l'argent et celui de la spiritualité, de la nature et du sens.

La vision que nous partage Laurent Espinosa dans ce livre est philosophique et pragmatique. Il s'agit de ne plus séparer les opposés mais accepter nos polarités, nos paradoxes tout en observant notre propre fonctionnement interne, nos croyances inconscientes, pour garder celles qui nous sont utiles et changer celles qui sont futiles. En apprenant à écouter notre âme, nous allons donner une direction à notre vie qui vient du cœur, de notre être. La définition de l'âme est propre à chacun. Et l'auteur nous invite à la définir pour mieux l'écouter afin de mettre des actions concrètes et créer une carte de voyage personnelle au cœur de nos rêves.

Connaître nos valeurs, comprendre les émotions, savoir communiquer, trouver nos projets de vie, notre place dans ce monde sont autant d'exercices pratiques qui permettront de nous épanouir dans un monde en mutation. Le tout en développant l'autonomie.

L'auteur de l'ouvrage

Laurent Espinosa vous invite à vous connecter à votre âme pour définir votre place dans le monde. Expert dans l'accompagnement à prendre sa place, cet artiste et entrepreneur atypique vous emmène à découvrir votre monde intérieur et à l'exprimer dans le monde extérieur.

Passionné par le développement personnel depuis l'âge de 20 ans, Laurent est un autodidacte et suit les signes de la vie pour contribuer à l'émergence d'un monde nouveau. Il a multiplié les formations, les stages et les expériences afin de mieux se connaître et amener les personnes à comprendre et assumer leur monde intérieur.

À l'écoute de sa clairvoyance, il trace sa voie et poursuit sa mission : faire éclore les potentiels et libérer les âmes. Pourquoi se connecter à son âme ? Quel en est l'enjeu ? Comment s'y connecter ? Autant de questions que vous pouvez vous poser en trouvant vos propres réponses.

- Auteur : Laurent Espinosa www.laurentespinosa.com
- Collection : Guide Pratique
- Format : 140 x 210 mm
- 369 pages brochées
- Couverture cartonnée quadrichromie avec pelliculage mat
- Prix : 25 €
- Sortie officielle le 09 janvier 2023.

ALUNA ÉDITIONS

Contacts :

Website : www.alunaeditions.fr

Courriel : alunaeditions@gmail.com

Contact presse : 06 75 02 67 45

christine@comturquoise.fr

Diffuseur : DG Diffusion