

# Prends soin de toi !



Quelle belle phrase, n'est-ce pas ? Vous aurez remarqué que l'on vous adresse presque systématiquement ces mots lorsque vous êtes malade physiquement ou dans une situation de dépression.

Que signifie au juste « *Prendre soin de soi* » ?

Prendre soin de soi signifie devenir sujet à part entière. Constituer une relation avec soi-même, définir ses valeurs, son identité et assumer ses régimes de vérité. Pour reprendre les mots de Socrate, il s'agit de prendre soin de sa propre âme, de croire qu'il y a une vérité dans ces soins et que cela peut vous conduire à une vie meilleure.

Le centre névralgique de ce **SOIN est en VOUS**, c'est prendre soin de votre **AME** !

C'est parce que vous n'avez pas pris soin d'elle, qu'elle vous remet gentiment ses doléances et comme elle ne sait pas l'exprimer par des mots, elle vous l'exprime par des maux.

C'est aussi ce que nous appelons la spiritualité.

En prenant soin des autres (principe noble reçu des parents et de l'éducation), vous ne vous souciez pas de vous. Ainsi, vous négligez des points importants de votre âme incarnée : GRATITUDE, AMOUR, HARMONIE de vos corps. En bref, vous faites la fortune de l'autre tout en croyant qu'elle viendra faire votre fortune aussi en retour, à un moment donné, dans un temps vague et incertain !

Lorsqu'on vous dit « *Prends soin de toi* », vous avez certainement répondu « *Ca va aller mieux* ». Cette réponse est vague et diffuse pour vos corps. « *Ca va aller mieux* » : oui mais quand ? en quelle année ? quel mois ? quel jour ? quelle heure ?

Nous laissons tous ces automatismes de vocabulaire infuser notre âme et ordonner à celle-ci de ne rien faire si ce n'est de laisser glisser sans connaître de direction, ni de but !

Sachez que l'âme ou le subconscient pour les gens plus 'terre à terre' est totalement détaché de vos 5 sens, qu'elle n'a aucune notion de ce qu'est le temps, qu'elle n'a aucun sens du jugement et donc qu'elle n'est pas en mesure de décider à votre place de ce qui est bon ou mauvais pour vous. L'âme ne sait faire qu'une seule et unique chose : **OBEIR A UN ORDRE CLAIR**, RIEN d'autre !

Un ordre clair, c'est quoi ?

Un ordre clair doit être dénué de jugement. Il doit être bénéfique pour votre ensemble, fait d'attention, de gratitude et d'amour, dans un but intime et personnel, juste pour votre intérieur et **TOUJOURS exprimé au PRESENT**.

## La spiritualité au service de soi !

L'idée reçue que nous ne pouvons pas changer le monde est bien gravée dans le marbre de nos croyances collectives.

Transformez<sup>1</sup>-vous, faites-en l'expérience, intimement et personnellement. Puis changez vos propres comportements, vivez de manière différente, sentez-vous épanoui, plus heureux et par corrélation, vous allez rayonner et changer le monde !

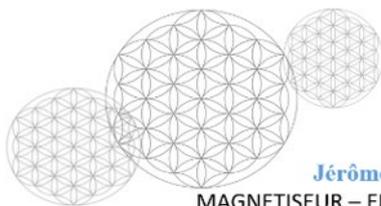
Et ceci n'est pas qu'une doctrine spirituelle. Surtout n'en croyez pas un seul mot, mais choisissez d'en faire l'expérience pour vous-même et par vous-même !

Comment voulez-vous connaître et comprendre la vérité si vous ne faites pas d'abord l'expérience de VOTRE VERITE ?

La spiritualité nous dit que nous ne pouvons pas trouver la réponse à notre être juste par un simple acte de connaissance. Découvrir la vérité sur la vie n'est pas comme lire un manuel d'un nouveau jeu. Tout chemin philosophique ou spirituel demandera au sujet de se changer, de se transformer, de bouger, de devenir autre que lui-même pour connaître sa propre vérité.

Dans le dogme chrétien, le Christ meurt et renaît en Christ. Dans la spiritualité, c'est un processus continu d'auto-élaboration d'une réforme intime. La spiritualité signifie travailler sur soi, **prendre soin de soi**, s'améliorer. Pour atteindre le statut d'être SOI.

*Besoin d'aide à découvrir votre propre mode d'emploi ? Contactez-moi.*



**Jérôme Lesavage**  
MAGNETISEUR – ENERGETICIEN  
+32 499 770 862  
[lesavagejerome@hotmail.com](mailto:lesavagejerome@hotmail.com)  
*En privé ou à domicile*

---

<sup>1</sup> \*(transformer = transcender une forme)