



<< MUSIQUE >>

# Résonance

Un moment pour rompre la mécanique de nos pensées, une inspiration pour retrouver notre calme et notre intuition, une occasion de laisser parler notre corps et notre spiritualité. Jacotte Chollet nous guide vers un état de méditation profonde grâce à une musique que l'on appelle multidimensionnelle. Tout en douceur, les sons se mélangent et vous remémorent des émotions, un passé ou une sensation, et lentement les tensions s'apaisent, l'esprit se libère... Cette musique agit par résonance vibratoire, en fonction de l'état de chacun, la pleine conscience s'éveille et le corps se ressource. **Jacotte Chollet, CD à partir de 25 €, sur [www.multidimensionalmusic.com](http://www.multidimensionalmusic.com)**

féminin \* positif \* inspirant

# happinez

LE PREMIER MINDSTYLE MAGAZINE

numéro 13

En cadeau  
miniposter  
sérénité

John Gray

Bernie Glassman

Paulo Coelho



sérénité

Nourrir notre feu intérieur

Leçons d'amour

Népal, cheminer vers le lâcher-prise

L'aura, notre "lumière spirituelle" ?

Le pouvoir bienfaisant des mudras

L'art du non-savoir

Le vrai nom du bonheur est la sérénité