



Toute la puissance de
l'intelligence ~~artificielle~~ humaine
pour vous reconnecter à vous-même et vous permettre de renaître!

avec Robert Savoie

Module #4 : Le deuil

Inventaire des deuils

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.



Module 4 : Le deuil

1- Inventaire des deuils :

Pour s'aimer soi-même, nous devons prendre conscience de toutes les formes de deuil expérimentées au cours de notre vie.

Certes, le deuil d'êtres chers et la séparation amoureuse en sont deux formes, mais aussi les fausses-couches, les avortements, une cessation d'emploi ou une mise à pied, la mort d'un animal de compagnie, l'amputation d'un membre, la perte d'un bien matériel, la perte de performance liée au vieillissement, l'échec d'une entreprise, un mauvais placement, l'abandon d'un ami, ainsi que les découvertes de vos fausses croyances du passé et les personnages mis en place par l'égo, l'intellect.

Le deuil est un processus aussi naturel que le cycle de la vie et de la mort. Au niveau organique, votre corps le vit maintes fois par jour, au gré de la formation et de la mort de vos cellules. Votre corps évolue et se régénère par ce cycle. Il en va de même de votre être en cheminement.



2-Exercice :

Avant de passer à la prochaine étape du processus du deuil, j'aimerais que vous fassiez l'exercice suivant.

Faites l'inventaire de tous les deuils que vous avez encore à faire dans votre vie. Toutes les boucles qui ne sont pas encore bouclées, et qui mériteraient que vous preniez le temps de finaliser pour vous en libérer.

Exemples de deuils :

Avortements, fausses couches, relations perdues/terminées, animal, handicap, pertes de capacité physique, perte emploi, bien matériel, etc.

Liste des deuils que j'ai à faire ou à compléter :

- Faciliter la compréhension de la construction du personnage de culpabilité.
- Favoriser la prise de conscience et l'identification du personnage de culpabilité.
- Se familiariser avec le personnage de culpabilité.
- S'ouvrir à s'accepter avec son personnage de culpabilité.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.