



Groupe d'échange : « Comment retrouver sa flamme inté-rieure »

Je vous propose d'aller voir pourquoi au fil du temps, de l'éducation, de la société qui nous entoure, etc nous nous sommes peu à peu construit des masques et comment nous nous sommes inventés une image qui souvent, nous éloigne de notre identité profonde. Celle du nouveau né que nous étions.

La peur est le mécanisme premier qui génère une distorsion et donc une incohérence entre ce que l'on est vraiment et celui ou celle que l'on devient :

- peur du jugement
- peur de ne pas être à la hauteur
- peur du manque (travail, argent, affection, domicile), etc....

Au travers du partage de votre expérience, je vous propose de partir à la re-découverte de votre véritable identité. Il paraît que le monde a été créé en 7 jours!! Et bien je vous propose, tel des Indiana Jones, de partir ensemble à la quête de notre être véritable en 7 RDV de 2h chacun.

A travers la respiration, la symbolique du corps, le mouvement en résistance, un travail de méditation et de visualisation pendant lequel je me mettrai au service des sphères célestes, et à l'aide de la sagesse des grandes traditions, je vous guiderai pour plonger au cœur de vous même et ne plus avoir peur, au fil des mois, d'enlever vos masques, les uns après les autres.

J'espère vous faire toucher du doigt, le fait que lorsqu'on travaille dans la joie et la simplicité, la réponse du corps et de l'âme sont infiniment puissantes et durables.

La joie véritable est, je crois, le maître mot, qui permet à chacun de voir de plus en plus clair. On y accède grâce à la libération du tissu conjonctif et à l'espoir. Alors on peut être à sa place, avec les bonnes personnes, au bon moment et on se sent en harmonie. Être en cohérence, accordé, c'est aussi, je crois, apprendre à cohabiter avec les autres et prendre conscience que chaque parole, chaque geste, chaque mot que l'on dit a une incidence sur la planète toute entière. **C'est au quotidien** qu'il faut agir et donc être véritablement soi-même, et non une fois de temps en temps.

Les anciens le disaient déjà : « le battement des ailes du papillon dans le nouveau monde, peut provoquer un ouragan en Asie ». En apprenant à être nous même et donc à vivre ensemble, soyons des papillons, mais pour provoquer de la beauté et de l'harmonie et non l'inverse.....

Calendrier : 1er atelier **le samedi 17 décembre de 14h00 à 16h00**. Les autres dates seront fixées ensemble, après le 1er atelier.

Participants : 10 personnes minimum, 20 max.

Tarif : 25 € / atelier.

Pour s'engager au 1er atelier, il faut être d'accord pour le parcours en 7 RDV.