



ATELIER 2019

Quête de vision personnelle



« L'être humain est une quête – ce n'est pas une interrogation mais une quête. Une question se résout intellectuellement tandis qu'une quête se résout de façon existentielle. Nous ne cherchons pas de réponses à certaines questions, nous cherchons à élucider notre être lui-même. » Osho

« Qui suis-je ? » posez-vous la question au plus profond de votre être et restez en résonance... Si vous pouvez le dire ce n'est pas la réponse. Si vous pouvez l'écrire ce n'est pas la réponse. Quand la réponse apparaît, elle est tellement existentielle qu'elle est indicible !

Ce séminaire vous aide à prendre un temps de recul , renouveler votre regard sur vous-même, faire le tri et imaginer un futur en cohérence avec qui vous êtes.

- Qu'est-ce qui fait réellement sens pour vous ?
- Qu'est-ce qui vous inspire et vous motive ?
- Quelle est mon étoile ?
- Qu'est-ce qui guide profondément ma vie ?

Il s'agit de vous offrir un temps pour prendre de la hauteur afin d'être plus conscient de votre identité, de ce qui guide votre vie et vous donne du sens.

Augmenter la cohérence entre qui vous êtes et ce que vous faites professionnellement pour créer de l'envie et de la performance.

Trouver vos domaines d'excellence et ce qui vous tient à cœur pour vous engager pleinement.

Aller vers l'accomplissement de soi pour rendre le quotidien plus léger et facile, trouver comment mettre en place votre projet.

Cette quête vous aidera à recharger vos batteries et à mieux vous sentir plus aligné.
Notre énergie est le résultat d'une batterie à 4 niveaux, nous investirons les 4 champs :

Le corps physique

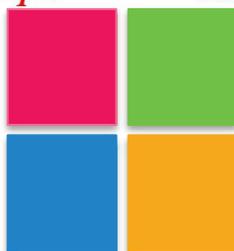
Nous adopterons un rythme différent de celui dans lequel nous avons l'habitude de fonctionner. Décalé, plus lent, plus tôt. Nous mettrons notre corps en mouvement. Nous profiterons de la nature. Nous prendrons soin de le nourrir sainement (repas bio et végétariens). Nous ancrerons cette quête dans nos 5 sens (ouïe, odorat, vue, toucher, goût) faisant des liens entre le physique et le mental. Nous profiterons de l'énergie dégagée par ce lieu simple et sain. Enfin, nous serons attentifs à écouter les messages que notre corps nous envoie. Il sera précieux et utile. Nous ferons des exercices d'ancrage dans l'ici et maintenant

Le corps mental

Vous recevrez des grilles de lecture, des outils. Nous échangerons, nous réfléchirons. Nous nous appuyerons notamment sur les travaux de Jean Monbourquette, le sens du processus d'individuation de Jung, la colonne vertébrale de l'identité de Vincent Lenhardt. Vous identifierez les différents niveaux logiques de votre vision personnelle depuis la vocation, l'œuvre ou la trace, le métier, les valeurs jusqu'au plan d'actions concret à mettre en œuvre. Détecter les domaines de votre vie auxquels nous attachons trop d'importance ou pas assez grâce à la Spirale Dynamique. Rétablir ainsi de la congruence à l'intérieur de nous et mieux s'adapter à nos conditions de vie.

Physique

Mental



Spirituel

Emotionnel

Le corps spirituel (l'âme)

Il s'agit d'être en lien avec mes valeurs, ce qui est important pour moi, ce qui fait sens, être au plus près de qui je suis, de mon âme. Nous ferons de la place à votre intuition. Nous utiliserons des techniques plus créatives telles que les constellations, le rêve éveillé, les cartes d'intuition, le jeu, les familles d'âme de Marie Lise La Bonté, la méditation, ...

Le corps émotionnel (le cœur)

En étant plus proche de vous, vous serez plus à l'écoute de ce que vous sentez. Développer son intelligence relationnelle, la gestion de ses émotions, identifier nos blocages pour les traverser. Créer un espace où la voie du jugement sera suspendue et où ce que je sens sera une plus-value et non un handicap. Se donner les permissions nécessaires. S'appuyer sur les autres pour être plus solide seul. Offrir son soutien dans l'altérité.

Le séminaire se déroule sur 3,5 journées en résidentiel.

Les journées sont réparties dans des moments de réflexion individuelle, d'échanges en sous-groupes, d'apports théoriques, d'exercices, de jeux et de coaching par Isabelle Dubois.

Il s'agit de faire émerger des réponses concrètes. Comment replacer votre vision personnelle dans une logique de temps (valoriser votre passé, s'ancrer dans le présent et vous projeter dans le futur).

Intégrer votre vision personnelle dans le monde concret qui nous entoure (votre famille, votre environnement professionnel, ...).

Nous faisons appel à votre créativité, à votre intuition, à votre inconscient. Vous pourrez y prendre du recul, profiter de la nature en marchant, prendre du temps pour vous.



Lieu : Le champ du coq (Gesves).

Dates : du 21 au 24 mai 2019

Tarif : 1.150 € HTVA pour le séminaire. Prévoir en plus approximativement 400 € pour le logement en pension complète. Un acompte de 400 euros est requis pour valider votre inscription.

Maximum 8 participants

Votre accompagnatrice

Isabelle Dubois



Je crois profondément en l'humain et en sa vertu. Ma propre histoire m'a appris que c'est «par la faille qu'entre la lumière». Coach certifiée, superviseur de coachs certifiée et enseignante au sein du parcours Shiftmaker, j'aime accompagner les personnes sur leur chemin pour qu'elles se rapprochent le plus possible de leur mission d'âme quand la vie les en a éloigné. Je m'appuie sur une connaissance de l'entreprise, des formations solides, un travail psychothérapeutique de 15 ans et une expérience de 20 ans. Chaque année, je continue mon développement personnel à travers la supervision mais aussi par le biais de voyages initiatiques avec des maîtres en la matière explorant les approches diverses et variées de la quête de sens. Accompagner cette quête de vision est pour moi un moment précieux dans mon agenda depuis presque 10 ans à présent...

