



zen-topia
Salon
Bien-être
et de développement
personnel
3^e
édition

10 - 11 - 12
septembre 2010
MALMEDY Expo



Conception Olfactive : Tina RUSSILLO
www.tinarussillo.com

CONFÉRENCE



Godfrey Spencer

GODFREY SPENCER

SAMEDI 11 SEPTEMBRE - 10H30 / 12H

SALLE C

Accueillir et transformer nos peurs en élans de vie.

Trop souvent dans notre quotidien, nous oscillons entre deux états extrêmes : l'euphorie et l'angoisse. La première nous transporte de joie ; nous nous sentons légers, heureux et enthousiastes ; la terre pourrait s'arrêter de tourner que cela ne nous affecterait pas ... C'est l'élan absolu ! La seconde, par contre, nous tétanise, nous cloue sur place ; nous doutons de tout, à commencer par nous-même ... C'est le blocage complet ! Ces deux états ont en commun qu'ils nous coupent de nous-mêmes et de ce qui se vit dans les profondeurs de notre être. Euphorique ou angoissé, nous sommes comme l'avion qui part en vrille : nous allons droit vers le crash.

Dans le cadre de cette conférence, nous irons à la rencontre de notre élan vital ; nous nous laisserons porter par nos rêves les plus fous, en observant dans le même temps ce qui nous empêche de les réaliser. Ces freins à la concrétisation de nos rêves ne sont rien d'autre que nos peurs. Si elles ont du sens elles aussi (sans la peur, le parachutiste oublie un jour d'emporter son parachute !), il est primordial de les transformer pour éviter la tétanie évoquée plus haut.

Nous partirons donc en quête des besoins qui sous-tendent tant notre enthousiasme que notre peur. Ils sont nos véritables élans et moteurs de vie. Tout l'enjeu consistera alors à trouver un juste équilibre entre peurs et élans ; à choisir, et donc à renoncer.

Légers comme le papillon, nous pourrions ainsi nous laisser porter par le flux de la vie qui nous habite, en toute sécurité.

Site Web : www.girasol.be