



zen-topia  
Salon  
Bien-être  
et de développement  
personnel  
3<sup>e</sup>  
édition

10 - 11 - 12  
septembre 2010  
MALMEDY Expo



Conception Officielle : Tina RUSSILLO  
www.tinarussillo.com

## CONFÉRENCE



Nathalie Devignat

SAMEDI 11 SEPTEMBRE - 16H30 / 18H

SALLE B

### **Le cheval, partenaire pour aller à la rencontre de soi et prendre les rênes de sa vie en main**

Et si nous partions du principe que la vie est censée être une expérience agréable et que nous avons tout en nous pour être épanoui! Lorsque nous vivons des expériences désagréables, ce sont des messages, des choses à comprendre, à apprendre.

Tout au long de notre vie, nous prenons des décisions pour satisfaire nos 7 besoins fondamentaux (Sécurité, Repères, Liberté, Amour, Cohérence, Sens, Réalisation). Cependant, notre manière de les satisfaire n'est pas toujours harmonieuse, alors, nous ne sommes pas bien dans notre peau, nous vivons des expériences désagréables,...

Que l'on soit cavalier ou non, le cheval peut nous aider sur le chemin de notre évolution. Très bon lecteur corporel et émotionnel, le cheval est un véritable miroir de qui nous sommes vraiment. Il pourra, donc, d'abord nous éclairer sur ce que nous vivons pour ensuite nous aider dans un processus de changement. Le cheval nous met face à des situations différentes de notre vie de tous les jours. Il peut nous aider à être dans l'instant présent et donc à lâcher prise. Grâce au cheval, soyons plus vrais!

Site Web :