

WEEK END DE PSYCHOTHERAPIE EN GROUPE
LE 18,19, 20 NOVEMBRE 2022



THEME : Le FEU, L'ENERGIE DE VIE

« *Le mental crée l'abîme, le coeur le traverse* ».
Nisargadatta Maharaj

Je me réjouis de vous retrouver pour un WK en groupe pour mobiliser ensemble nos forces vives, repérer et lever les obstacles qui obstruent l'élan vital et la joie de vivre.

Nous serons dans un magnifique cadre, dans la nature, propice à l'inspiration, au recueillement et à l'énergie de vie. Ce temps partagé sera favorisé par un cadre contenant, permettant la libre expression de soi dans toutes ses dimensions, corporelles, émotionnelles, mentales et spirituelles. Il favorisera l'introspection, l'interaction entre les participants, dans une intention d'ouverture, d'accueil et de bienveillance.

L'élément Feu sera l'élément central et inspirant qui nous accompagnera pour ce temps partagé. Le Feu est le symbole de la force Yang qui préserve et soutient l'énergie de vie et permet de rester debout dans la traversée des obstacles sur le chemin. C'est un élément qui nous éclaire dans l'obscurité, il est relié à l'intuition et au coeur. Il est vivifiant et transformateur. Le feu est l'appel de la Vie en soi qui veut faire place au re-nouveau. Il génère de l'enthousiasme et ses flammes inspirent le courage et l'élan de s'ouvrir à la nouveauté et au déploiement de l'être. Le feu est la force qui nous élève et nous invite à porter le costume de notre souveraineté, le costume du Roi et de la Reine. Le feu intérieur brûle et réduit en cendre les vieux haillons, tout ce qui n'a plus lieu d'être, tout ce qui nous consume, et nous garde rétrécis. Nous explorerons les forces de vie, ancrées dans les polarités et l'alliance du Masculin et Féminin de l'Etre qui seront mobilisées par le corps, les émotions, la parole, la créativité, et surtout le jeu et le rire qui ne demandent qu'à émerger !

**Créer en soi un espace temps libre d'enjeux, sans attente de résultat, sans agenda...
juste se dé-couvrir... et laisser le mouvement de la vie nous guider.**

L'énergie de l'automne nous soutiendra dans le processus de libération et nous guidera dans ce qui doit retourner à la terre pour fertiliser sa nouvelle terre, et nourrir son feu de joie. Un temps pour identifier et se libérer des vieilles représentations et conditionnements, honorer les blessures, tout ce qui n'a pu être, identifier les vieilles rancunes, les jugements sur soi, sur l'autre, et en faire du petit bois pour nourrir son feu et libérer son énergie vitale. Faire place au renouveau de la vie qui ne demande qu'à éclore. Tout sera accueilli pour ce que c'est, une expression de la Vie qui nous traverse tous !

A vos marques! prêts(es) ? Feu ! :-)

**Julie Audibert – Psychanalyste intégrative – Valence/Lyon – Tél : 06 15 75 17 07 –
Site : psy-valence-drome.com**

