



Ombre & Lumière

2020 - Du Mercredi 20 mai au dimanche 24 mai
à La Chapelle sous Uchon (711900)
SAONE ET LOIRE

Nous avons appris - par notre conditionnement - à nous conformer au désir des autres. La petite personne que nous étions a « avalé » - sans pouvoir faire de tri - croyances, comportements ou émotions que nous avons fait nôtres. Cela parle d'introjects.

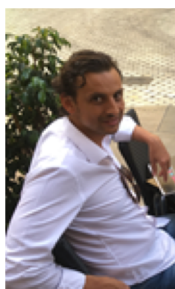
Tout cela nous a contraints et de fait empêchés de mettre en lumière notre Etre profond. Nous avons fini par mettre dans l'ombre notre vérité personnelle et notre pleine puissance pour être acceptés à défaut d'être aimés. C'est ainsi que notre PERSONA (le masque en latin) s'est construite.

Dans notre vie d'adulte, ces processus ont généré divers blocages de notre énergie : freins, empêchements et autres limitations. Sans que nous le réalisons pleinement, tout cela est très consommateur d'énergie.

Que ce soit dans notre vie personnelle ou dans notre vie professionnelle, nous avons ainsi créé des schémas mentaux, avec une vision du monde qui a débouché sur un scénario pour notre vie. C'est comme si notre enfant intérieur pilotait encore notre vie d'adulte ! C'est comme une inversion : notre lumière a été mise dans l'ombre c'est l'ombre de nous-même que nous avons mis à la lumière. Pour autant, il y a d'immenses ressources en nous. Boris Cyrulnick parle de résilience.

Explorer ces deux dimensions (ombre et lumière) nous permettra de libérer ce qui nous empêche d'incarner l'Etre lumineux que nous sommes profondément.

Tout cela au bénéfice de notre vie personnelle autant que de notre vie professionnelle. Nous vous proposons de cheminer vers ces libérations et cette transformation en toute bienveillance



Séminaire co-animé par :

Claudie TENACCI

Gestalt thérapeute certifiée (3^{ème} cycle EPG), coach, formatrice

Moh DJELLOUL

Coach, hypnothérapeute, professeur de théâtre de la pleine conscience

Patrice FOSSET

Enseignant - Superviseur en AT (PTSTA -O),

Praticien certifié en psychologie systémique-intégrative.

Praticien en soins énergétiques



Ombre & Lumière

OBJECTIFS

Ce stage est **ouvert à tous**.

Nombre de participants maximum : 12 personnes

Vous pouvez venir à titre professionnel (dirigeant, manager ou professionnel des métiers de l'accompagnement et de la relation d'aide) : vous trouverez des pistes d'amélioration de vos compétences et des outils d'accompagnement)

Vous pouvez venir à titre personnel : vous trouverez un accompagnement bienveillant pour dépasser vos blocages énergétiques et grandir en autonomie.

Sur les **plans psychologique, social et professionnel**. Vous développerez plus d'assurance, de sécurité intérieure, de confiance en vous, en l'autre et en la vie. Les exercices proposés sur le déploiement de vos ressources vous permettront de développer plus d'affirmation de vous et de mieux réussir vos projets.

Sur les **plans énergétique et spirituel**. Vous vivrez un puissant « chemin de lumière » qui vise à

- Identifier les schémas de survie imposés dans le passé par votre environnement
- Prendre conscience des puissantes ressources dont vous disposez
- Faire les choix conscients pour votre transformation
- Entrer pleinement dans la Puissance et la Beauté de votre Lumière intérieure
- Ouvrir la voie pour incarner pleinement votre Etre dans cette incarnation

METHODES

Alternance de temps d'échanges, de réflexion et d'introspection. Utilisation des constellations familiales. Temps d'harmonisation énergétique, de travail quantique, d'exercices de créativité, d'expression corporelle, de théâtre de pleine conscience. Apprentissage du rituel Ho'oponopono (acceptation, pardon et amour de soi et de l'autre).

PROGRAMME du 20 au 24 mai 2020

Mercredi 20 : Ce qui nous a construit

Présentation du sens et des objectifs du séminaire, présentation des intervenants et des participants

Travail sur nos constellations familiales et sociales
Identifier nos conditionnements et leurs conséquences

Théâtre de pleine conscience

Jeudi 21 Explorer et faire vivre nos ressources

Apprendre à identifier nos ressources

Apprendre à mobiliser nos ressources

Théâtre de pleine conscience

Vendredi 22 : Ce que je ne veux plus

Décider le changement

Ce qui va remplacer ce que je ne veux plus

Théâtre de pleine conscience

Samedi 23 : Traverser l'ombre pour la transmuter en lumière

Exploration de la persona avec le masque

Oser le masque de la Persona et l'accepter

Théâtre de pleine conscience

Transmuter le masque : de l'ombre à la lumière

Dimanche 24 : Entrer dans la lumière

Vivre la transformation / transmutation

Oser montrer et exprimer toute ma lumière





Ombre & Lumière



BULLETIN D'INSCRIPTION

Participant :

Nom : Prénom :
Rue :
Code postal : Ville : Pays :
Société :
Email : @ Téléphone :

Je m'inscris auprès de Lumin'Et Sens au Séminaire : *Ombre et lumière*

Du Mercredi 20 mai (15 h 00) au dimanche 24 mai 2019 (13 heures)

au Tarif (*hébergement non compris*) - cocher la case correspondante :

- ☐ **Entreprise (+ 10 salariés) :** 2250 € HT – 2700 € TTC (Acompte 900 € TTC)
☐ **Profession libérale (et entreprise de -10 salariés)** 1390 € HT – 1668 € TTC (Acompte 500 TTC)
☐ **Particulier** (hors comptabilité professionnelle) : 890 € Net de Taxes (Acompte 300 € net)

Ne sont pas compris dans ce tarif : les frais d'hébergement et d'acheminement

Virements ou Versements à l'ordre de LUMIN'ET SENS 28 rue du moulin 21410 Fleurey sur Ouche

Possibilité de prise en charge dans le cadre de la formation continue (convention) à étudier avec vous.

Tarif hébergement (pension complète) : 320 euros TTC à régler directement à notre hôte. Possibilité de demander une chambre individuelle avec un supplément

Lieu de formation :



Gîte la source des Sylves
Les Domas
71190. La Chapelle-sous-Uchon
Sylvain Charpentier
Tel. 06 12 94 12 67
www.gite-la-source-des-sylves.com
Pour réserver et pour les règlements,
merci de contacter le gîte les Sylves



Facturation et règlement :

Votre inscription sera confirmée dès réception de votre chèque ou virement correspondant au montant de l'acompte. LUMIN'ET SENS se réserve le droit de modifier les dates deux mois avant le début du stage ou d'annuler s'il n'y a pas assez de participants. Vous seriez prévenus dès lors par téléphone et nous conviendrions, soit de reporter la date du stage, soit de vous rembourser.

J'ai bien noté que ce bulletin a valeur d'engagement dès lors qu'il est adressé, signé et le paiement honoré. En cas d'annulation par le stagiaire 1 mois avant le début du séminaire, l'acompte sera remboursé par Lumin'et sens. Si l'annulation intervient dans cette période de 1 mois avant le séminaire, l'acompte sera gardé comme dédommagement. La totalité du montant du séminaire est due en cas de désistement quinze jours avant le début du séminaire.

Signature et Cachet de l'entreprise :

Fait à :

Le :