

Prendre conscience de CE QUI EST

INTRODUCTION

Dans un monde changeant et instable où la rapidité et le matérialisme domine comment retrouver une stabilité personnelle et pouvoir faire la différence entre l'essentiel et l'accessoire ?

Aussi comment prendre du recul et accepter ce que la vie nous propose.

Comment réfléchir au sens de son parcours de vie.

Je vous propose de vous parler de positionnement individuel et d'état d'être.

Chacun pourra se positionner et réfléchir à comment il vit ou il a vécu ces 3 états d'être :

- CE QUI EST
- CE QUI N'EST PAS
- LE REFUS DE CE QUI EST

Comment se positionner ?

L'objectif est de prendre du temps pour réfléchir sur des pensées, des paroles ou des actes dans le passé de son parcours de vie et de comprendre au présent comment ces 3 états d'être ont influencé votre avenir.

On peut bien sûr aussi se pencher sur son présent ...

Quand se positionner ?

Vous pouvez vous positionner dès que vous en ressentez le besoin .

Quels sont les bénéfices que j'en retire ?

Est ce que j accepte CE QUI EST ?

Est ce que je projette CE QUI N'EST PAS

Est ce ce que j'ai pris conscience que je refuse CE QUI EST ?

En conclusion

J' espère que cette prise de conscience vous permettra de pleinement vivre au présent CE QUI EST