

# L'École de la Liberté

## Installer l'expérience non-duelle dans sa vie

Quarante jours sur deux ans, pour vivre la liberté fondamentale de l'Être et l'intégrer dans toutes situations.

Pour la quatrième année, un nouveau parcours débutera début 2023 en Ariège.



### Présentation générale :

La liberté dont nous parlons ici n'a rien à voir avec l'assouvissement des désirs ou l'expression d'un libre-arbitre.

Nous invitons, dans ce parcours, à réaliser **notre nature véritable qui par essence est libre et en paix.**

Cela implique le **déconditionnement de nos schémas** et de nos habitudes, de quitter nos attachements, ainsi que la **désidentification avec le corps, l'ego et le mental.**

Il est fondamental pour nous que **ce parcours s'intègre et se prolonge dans vos quotidiens.**

Après chaque session, il vous sera demandé d'approfondir ce qui vous aura percuté (souvent différent d'une personne à l'autre). La sadhana (pratique spirituelle) se vit là où vous êtes. Vous n'avez pas besoin de vous retirer dans un ermitage ; la famille, les amis, les collègues sont de parfaits miroirs pour la maturation de la Conscience !

Nous vous encouragerons à vous aider mutuellement pendant et hors des sessions. Dans l'esprit qu'il s'agit toujours la Conscience soutenant la Conscience à se reconnaître.

Si nécessaire, des séances d'accompagnement individuel avec Muriel et/ou Jean-Philippe seront proposées.

Il y aura **des temps dédiés à la méditation et à l'intégration de la Présence, des pratiques corporelles, des moments d'introspection en solitaire et de questions/réponses** éclairant la reconnaissance de notre vraie nature. Nous vous

proposerons d'abandonner la référence au passé, l'attachement à une histoire personnelle et toute projection sur le futur, afin de découvrir la saveur de l'instant présent. Nous dissiperons les confusions autour de ces aspects.

**Nous ne nous baserons pas sur une méthode**, mais sur la spontanéité de l'instant non séparée de la dynamique du groupe. Nous n'utiliserons **pas un travail d'acquisition de savoirs**, mais partirons plutôt de **l'abandon des savoirs** pour nous ouvrir à l'expérience directe.

**Nous explorerons concrètement la liberté dans les différents aspects de notre quotidien**, des mises en situation et des exercices très divers y contribueront. Nous vous inviterons régulièrement à réaliser ce **témoin neutre qui ne change pas**. Les situations seront éclairées à partir de ce **positionnement détaché**.

**Le pré requis** est d'être prêt à remettre en cause l'existence d'une identité personnelle. Pour passer de l'illusion « je suis le corps » à la Réalité, il est nécessaire d'être déterminé à quitter nos zones de confort et nos habitudes.

*Comme vous le lisez ce parcours est impliquant, mais libérateur !*

**Vous trouverez sur la page École de la Liberté de notre site**, des vidéos et des témoignages de participantes : <https://www.voie-de-l-ecoute.com/ecole-de-la-liberteacute.html>

**Lieux** : En résidentiel, en Ariège (près de Pamiers).

**Dates de ces parcours** : Une séance préliminaire (gratuite) sur Zoom permettra, entre autres, de déterminer ensemble les dates des premières sessions. **Elle aura lieu le mardi 7 février de 20h à 21h.**

**Horaires** : Sauf exception, du vendredi à 10h au dimanche à 16h pour toutes les sessions, sauf celles d'été qui se dérouleront sur 5 jours. Arrivée le premier jour à 10h, nous finissons le dernier jour à 16h. L'horaire des journées est décidé ensemble.

**Prix conscient pour la formation** de 100 à 180 € par jour et de 65 à 90 € pour les séances individuelles (**possibilité de troc**).

**Inscriptions et renseignements** auprès de Muriel et Jean-Philippe, au 07 71 07 24 36 ou [appeldusoi@posteo.net](mailto:appeldusoi@posteo.net).

