

# Entrer dans la liberté d'être

## et vivre la spontanéité de l'instant

Atelier intensif de trois jours près de Nantes  
du 10 au 12 mai 2019  
Animé par Jean-Philippe Faure et Muriel Hemelsoet

La personne aime à se croire libre. En fait, elle n'est pas prisonnière, mais la prison même. Nos chaînes sont faites de ce que nous croyons ou de ce à quoi nous sommes attachés. S'en défaire ne demande pas d'autres efforts qu'arrêter de nous identifier aux constructions de la personnalité pour revenir à la plénitude de la conscience.



Nous irons toucher la liberté dans son essence : dans le déploiement de l'être au-delà de toutes représentations. Nous la vivrons aussi dans ses déclinaisons au quotidien : voir et quitter nos habitudes, nos conditionnements et nos réactions, pour mener une vie inspirée et spontanée.

Nous nous déconditionnerons d'un vécu focalisé sur le passé ou le devenir, pour goûter la richesse et la saveur de la spontanéité de l'instant. Voir les tensions de la volonté pour jouer à partir du détachement et de la vacuité.

Nous expérimentons concrètement la pratique de la liberté dans nos familles, nos professions, nos choix de vie, etc., au travers de mises en situation et d'exercices très divers qui surgiront de l'instant. Nous nous exercerons à revenir régulièrement dans la présence pour éclairer à partir de cette position toutes situations. Nous vivrons aussi des méditations guidées, des temps de questions/réponses et des pratiques corporelles.



**Muriel Hemelsoet et Jean-Philippe Faure** ont une longue expérience en CNV et en Yoga, ainsi que dans le Shivaïsme cachemirien et l'Advaita, mais ils guideront ces journées en s'appuyant sur la fraîcheur de l'instant et la reliance au groupe

**Lieu** : A la salle de l'Arche (44690 Maisdon-sur-Sèvre), près de Nantes.

**Horaires** : du vendredi 10 mai 2019 à 10h au dimanche 12 mai à 17h.

**Prix** : 270 € pour les 3 jours.

**Inscriptions et renseignements** auprès de Jean-Philippe au 03 85 26 13 94 ou [jpfaure@bluewin.ch](mailto:jpfaure@bluewin.ch)



## BULLETIN D'INSCRIPTION

**À envoyer à Jean-Philippe Faure – Pringues – 71120 Baron**

*Je m'inscris à l'atelier Entrer dans la liberté d'être du 10 au 12 mai 2019. Je joins un chèque d'acompte de 90 €, à l'ordre de Jean-Philippe Faure (en cas d'annulation moins de deux semaines avant le début du stage, le chèque pourrait être encaissé).*

**Nom :** .....

**Prénom :** .....

**Adresse :** .....

**Code postal :** .....

**Téléphone :** .....

**Courriel :** .....

**Lieu et date :**

**Signature :**