

Margaret BRIDIER

Psychologue-thérapeute clinicienne

Pratique la thérapie psychocorporelle depuis 34 ans



CONFERENCE

samedi 20 novembre 2021 de 10h30 à 12h30 à Saint-Sulpice

Salle du conseil au-dessus de l'auberge rue du centre 57

**LES PEURS
peuvent-elles être nos enseignantes ?**

Les complexités du métabolisme du corps biologique et psychique nous amènent à questionner notre dépendance à nos peurs, et ce que nous décidons pour notre vie.

Un chemin d'apprentissage dans l'acceptation et la découverte de "qui nous sommes vraiment".

Dans ce cours instant de conférence, nous tenterons d'aborder comment se construit la peur, ses conséquences sur notre vie, comment rencontrer nos peurs et les traverser pour atteindre notre liberté.

1. La peur est un état physiologique naturel : un mécanisme essentiel à la **survie**.
2. Les constructions psychiques archaïques déterminent nos réactions à la peur dans un premier temps.
3. Le corps mémorise nos expériences de peurs et s'organise rapidement pour des réponses habituées.
4. L'influence des masses sur nos comportements de peurs.
5. Les forces de vie qui nous animent cherchent à émerger à la conscience.
6. Les peurs deviennent nos enseignantes ; les traverser enclenchent l'alchimie de la transcendance.
7. Nos décisions psychiques, éthiques et spirituelles pour notre propre vie scellent le fondement de notre liberté intérieure.

ATELIER

Dimanche 21 novembre 2021, de 10h à 13h, à Saint-Sulpice

A la salle du conseil. Au-dessus de l'auberge rue du centre 57

Mise en pratique : nous expérimentons la détente dans le corps, sentir les limites du corps et découvrir nos possibilités d'ouverture, le relâchement et l'ouverture du coeur. La peur d'avoir peur s'estompe, le souffle ouvre les voies interdites et diffuse la confiance en la vie qui nous anime.

Pour respecter les directives de la confédération dans la lutte contre le Coronavirus un pass sanitaire valide sera exigé à l'entrée

Pour ces deux événements, merci de vous inscrire en envoyant un email à sddstulpice@gmail.com

Le nombre des participants étant limité vous recevrez une confirmation.