



Traversée : à la recherche du sens perdu

« Créer son futur »

Si tu ne te préoccupes pas du sens de ce que tu fais, dit et vit, le sens, lui, s'occupera de toi ! On ne peut échapper aux questions de sens !

Les symptômes d'un sens perdu : découragement, impression de pédaler dans le vide, sentiment de se sous-utiliser, d'être en décalage entre qui on est, son potentiel, et ce qu'on réalise, dans son métier, dans sa vie, sentiment d'être désadapté au monde d'aujourd'hui. Ce qui apportait entrain et motivation hier paraît aujourd'hui creux et inutile, passage de caps existentiels (franchissement de dizaines, fin de carrière...et après ?) et de carrière (lancement d'une activité indépendante, formation, recrutement et conseil au coaching et à la thérapie)

Qu'avez-vous à traverser aujourd'hui ? Pour aller où ? Comment et avec qui ? Le sens comme signification, direction et sensation et les données existentielles (Responsabilité, Finitude, Solitude, Imperfection et Quête de sens) seront nos guides d'exploration...

Ce que vous pouvez retirer de cette retraite :

- Une clarté sur là où vous désirez et voulez aller personnellement et professionnellement
- Une confiance et une énergie durable pour accomplir le chemin
- Un ressourcement profond
- Un sentiment de légèreté communicatif

Cette retraite holistique de 5 jours prend soin de la tête, du cœur, du corps et de l'âme. Elle se compose de différents temps :

- Accompagnement individuel et collectif : créer son futur
- Temps de silence et de diète digitale
- Temps de solitude, marche, contact avec la nature
- Rituels dans la nature
- Soins en musicothérapie énergétique
- Participation possible aux travaux de jardinage pour l'ancrage à la terre
- Pratique du rythme au tambour pour trouver sa vibration
- Participation légère à l'intendance
- Contribution aux explorations des autres participants

Le groupe : de 1 à 3 personnes, professionnels de l'accompagnement = suffisamment pour permettre des interactions fructueuses avec des pairs et pas trop pour éviter de s'y perdre et de passer à côté de son propre questionnement.

Dates 2022 : me contacter au 06 80 75 15 76

Repas savoureux, bio (régimes alimentaires intégrés)

Hébergement sur place, chambres individuelles, salle de bains partagée