

LE CHEMIN VERS LA JOIE – Stage de 2 jours

Retrouver son pouvoir intérieur

Notre monde moderne nous fournit tous les moyens technologiques dont nous avons besoin, et nous en disposons largement.

Nous poursuivons sans cesse des besoins inassouvis, des plaisirs éphémères, nous réclamons le «**Bonheur**» coûte que coûte, dans une quête effrénée de pouvoir et de possessions, et un souci permanent de performance nous obsède.

Nous pensons prendre «Soin de Nous», mais une insatisfaction plane sur notre tête où est la **JOIE** dans notre Vie.

A travers le stage de 2 jours « le Chemin Vers la Joie, retrouvez votre Pouvoir Intérieur », nous aborderons les thèmes suivants au travers d'exercices pratiques de ressentis, de questionnements et de développement personnel.

- **La Joie et les Différents chemins menant à la Joie**

- **Retrouvez notre Pouvoir Intérieur**

La Joie et les Différents chemins menant à la Joie

Faisons le point : Qu'est-ce que la Joie ? Comment la ressentons nous en nous ?

Ressentons nous la Joie au travers de nos satisfactions et pulsions immédiates, dans nos plaisirs et projections éphémères, dans un bonheur aléatoire et passager.

Où ressentons nous la Joie qui nous propulse vers l'avant, celle qui nous connecte à notre esprit et ouvre notre conscience à d'autres horizons.

Nous irons découvrir la Joie au travers d'exercices intérieurs et de développement personnels pour nous aider à nous relier à notre Joie profonde.

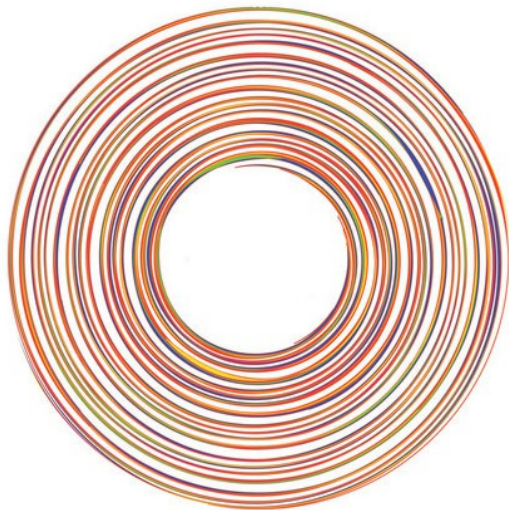
Pour nous aider à vivre la Joie profonde, nous irons Pacifier nos peurs pour nous sentir en pleine sécurité.

Nous irons à la rencontre de nos Besoins pour Exprimer notre Joie en nous respectant et en nous reconnaissant.

Communiquer avec la **parole juste** et **l'écoute profonde**.

Apprendre à pratiquer **chaque jour un état intérieur de joie**, et générer de **nouveaux modes** de fonctionnement.





A la découverte de notre pouvoir Intérieur

Qu'est ce que représente « le Pouvoir Intérieur » ?

Comment nous situons nous dans la famille, dans le groupe, à l'intérieur de nous ?

Reconnaître son pouvoir authentique, celui qui nous guide vers la Joie

Développer son potentiel Confiance et Retrouver l'Estime de Soi pour nous sentir en équilibre dans notre vie.



Le stage «Le Chemin vers la Joie – Retrouver son Pouvoir Intérieur» sera animé par l'équipe de **PAUSE ZEN, Institut de l'Évolution de l'être.**

Fabrice Galland (Coach en Développement personnel - Praticien PNL – Hypnose – Gestion du Stress et des Émotions – Formateur)

Monique Galland (Praticienne Shiatsu Thérapie - Soins énergétiques – Chromothérapeute - Réflexologue)

A chaque thèmes abordés nous mettrons l'accent sur des exercices pratiques, (*questionnements, visualisations, exercices divers de développement personnel, exercices énergétiques, etc...*), respectant chacun dans son rythme et dans son être, toujours dans un état d'esprit convivial et chaleureux.

Au plaisir de partager ce merveilleux stage avec vous.

Monique et Fabrice Galland

NOTA : Vous désirez organiser et commander ce stage de 2 jours auprès de PAUSE ZEN, merci de remplir le formulaire de Demande de renseignements à télécharger sur la page STAGE de notre site www.pausezen.com