

PSYCHOLOGIES Atelier

DIMANCHE 8 OCTOBRE 2017

De 9 h 30 à 17 heures à l'Espace Reuilly
21, rue Antoine-Julien-Hénard
75012 Paris

UNE JOURNÉE AVEC THIERRY JANSSEN "Présence à soi, s'éveiller à l'essentiel et en prendre soin"

À l'heure où nous sommes de plus en plus distraits par le monde extérieur, être présent à soi est un défi. Cela demande de faire taire notre mental, qui analyse, interprète et juge au lieu de constater ce qui est.

La psychologie permet d'approcher la connaissance de notre personnalité : notre Moi. La spiritualité, amène à contacter **l'essence qui nous rend pleinement vivant : le Soi**. Une spiritualité basée sur l'expérience et libre de tout dogme religieux.

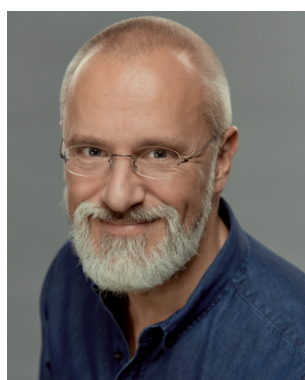
L'expérience de la présence à soi devient alors la présence au Soi. Elle induit une détente psychique et physique bénéfique pour la santé, au cœur de l'éveil spirituel.

Cette journée nous permettra de nous approprier des outils d'éveil de la conscience, faciles à intégrer au quotidien :

- **Pratiquer des exercices** corporels et énergétiques pour ouvrir nos canaux de perception, et nous aider à mieux détecter les signes de tension ou de détente qui renseignent sur notre connexion au Soi.
- **Apprendre à méditer en 4 étapes** : instaurer le calme mental et corporel, ouvrir le cœur, écouter le silence à l'intérieur, se désidentifier du Moi et laisser se révéler le Soi... Connaître la joie.

Une belle expérience initiatique à vivre ensemble.

Une journée-atelier pour retourner à l'essentiel



Thierry Janssen

Chirurgien devenu psychothérapeute spécialisé dans l'accompagnement des patients atteints de maladies physiques, Thierry Janssen est l'auteur de plusieurs livres consacrés à une approche globale de l'être humain, au développement de ce que l'on appelle la « médecine intégrative » et à une vision plus spirituelle de la société (www.thierryjanssen.com).

Il est le fondateur de l'École de la présence thérapeutique à Bruxelles (www.edlpt.com).

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION

PAR INTERNET : <https://www.weezevent.com/atelier-psychologies>

PAR COURRIER : Psychologies – Lison Guillard
2-8, rue Gaston-Rébuffat, 75019 Paris
(joindre un chèque à l'ordre de *Psychologies*).

Tarif : 95 € Tarif pour les étudiants de moins de 25 ans : 45 €

DÉROULÉ DE LA JOURNÉE

- À partir de 9 heures : accueil autour d'un café
- 9 h 30 : début de l'atelier
- 12 h 30 : déjeuner libre
- 14 heures : reprise de l'atelier jusqu'à 17 heures