

## **ATELIER d'éveil spirituel animé par Thierry Janssen**

**Samedi 8 décembre de 9h30 à 18h  
Ramonville Saint-Agne (31)**

### **Silence et Présence : une journée d'éveil spirituel**

Être présent à soi est un défi à l'heure où nous sommes de plus en plus connectés et distraits par le monde extérieur. Cela demande de faire taire notre mental qui analyse, interprète et juge au lieu de simplement constater ce qui est. Il s'agit d'ouvrir notre cœur suffisamment grand pour faire taire les jugements. La conscience peut alors s'éveiller en nous. Le sentiment d'être un moi séparé des autres se dissout pour laisser la place à ce que la tradition méditative de l'Inde appelle le Soi. Non pas « notre Soi » mais « le Soi », l'essence de l'être, la pure conscience paisible et silencieuse, espace-source non personnel et universel. Être présent à soi permet alors de faire l'expérience du divin en nous, le divin en tout. C'est le fondement d'une spiritualité libre de tout dogme et de toute croyance.

Au cours de cette rencontre-atelier nous nous approprierons des outils d'éveil de la conscience, faciles à utiliser au quotidien:

- des exercices corporels et énergétiques inspirés du yoga et du qi gong pour ouvrir nos canaux de perception et nous aider à mieux détecter les signes de tension ou de détente qui renseignent sur notre état de connexion au Soi
  - une méditation de plongée dans le silence intérieur en quatre étapes: 1) instaurer le calme mental et la détente corporelle, 2) ouvrir le cœur, 3) écouter le silence à l'intérieur, 4) se désidentifier du moi, laisser se révéler le Soi et connaître la joie.
- Une belle et puissante expérience initiatique à vivre ensemble.

**75 € (Tarif étudiant : 50 €)**

En cas de demande d'annulation, aucun remboursement ne sera effectué après le 8 novembre 2018

**Informations Agnès Delattre : 06 83 45 27 41**

Inscriptions : <https://www.agnes-delattre.com/contact/>



## **Conférence De la psychologie à la spiritualité : Le chemin du retour à l'essentiel**

**Vendredi 7 décembre 20h  
Ramonville Saint-Agne (31)**

### **A l'occasion de la sortie de son dernier livre :**

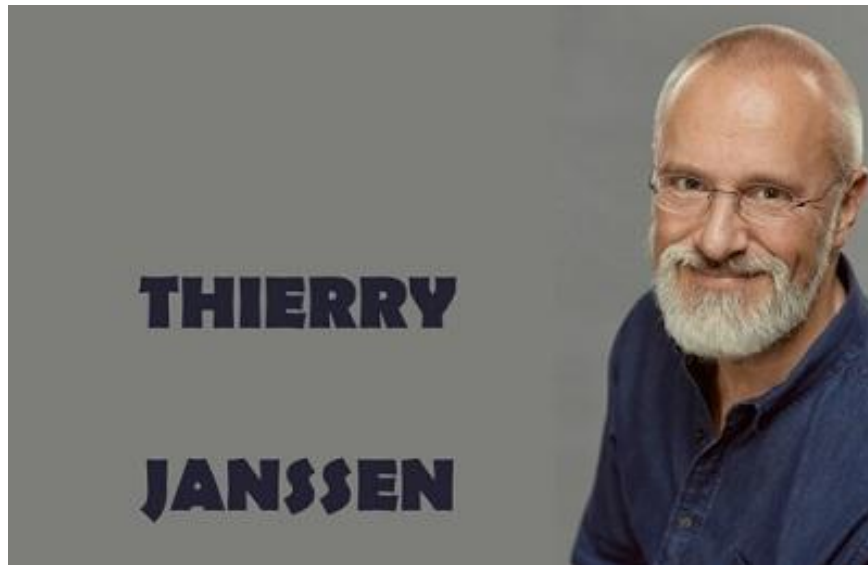
« Écouter le silence à l'intérieur : itinéraire spirituel pour s'éveiller à l'essentiel »  
A paraître en octobre 2018 aux éditions L'Iconoclaste.

La psychologie occidentale s'intéresse à notre personnalité : notre « moi » qui dit « je » (ego en latin), un ensemble de caractéristiques conditionnées par notre héritage culturel et familial ainsi que par nos expériences du passé. Le danger de cette approche est de renforcer la tendance névrotique de notre personnalité qui, par peur, se défend en créant toujours plus de séparation en nous et autour de nous. La spiritualité propose d'aller au-delà des conditionnements névrotiques de l'ego pour découvrir la nature profonde de l'être : le silence, la paix, l'amour et la joie. Il ne s'agit pas d'adhérer à quelques raisonnements philosophiques ou dogmes religieux mais, au-delà des élucubrations de notre mental, de faire une expérience. L'expérience de la pure conscience d'être. Nous pouvons alors mettre notre ego au service de la vie qui est en nous et autour de nous. Emprunter un tel chemin est devenu une priorité dans nos sociétés où l'individualisme et l'égoïsme créent de plus en plus de souffrance individuelle et collective.

**Organisée par Christine MALLÉN Tél. : 06 75 02 67 45**

**Com Turquoise [www.comturquoise.fr](http://www.comturquoise.fr)**

**<https://www.linscription.com/conferencethierryjanssentoulouse-11128>**



## Thierry Janssen

Chirurgien devenu psychothérapeute, Thierry Janssen est l'auteur de plusieurs ouvrages 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](http://www.thierryjanssen.com)).

Il est également le fondateur de l'École de la Présence thérapeutique (EDLPT), à Bruxelles ([www.edlpt.com](http://www.edlpt.com)).

### Livre

Son dernier livre, intitulé *Écouter le silence à l'intérieur : itinéraire spirituel pour s'éveiller à l'essentiel*, paraît au mois d'octobre 2018 aux éditions L'Iconoclaste.

## INFORMATIONS PRATIQUES

- Lieu : Salle des fêtes de Ramonville  
Rue Joliot Curie 31520 RAMONVILLE-SAINT-AGNE
- **Pour la conférence** : Présentation du billet au guichet obligatoire
- Paiement par carte bancaire
- **Pour l'atelier** : Inscriptions auprès d'Agnès Delattre
- Paiement par chèque