

ILS TEMOIGNENT...

« Voilà venu le temps du feed-back enfin !

Déjà presque 4 mois que nous avons clôturé ce merveilleux week-end de partage

Avoir quitté ou plutôt avoir essayé de quitter la partie émergée de l'iceberg durant ces 2 jours pour sentir tout ce qui se passe dans la partie immergée ;-) que du bonheur !

Se reconnecter à ses émotions..., sentir qu'il se passe des choses à l'intérieur, ouvrir son cœur tout le bienfait et la magie de mon premier labo du vivant .

Une pause magique remplie de zénitude, une prise de conscience qu'il faut lâcher prise pour que ce qui est juste pour soi advienne .

L'impression d'avoir nagé dans une bulle de bonheur pendant 2 jours et d'être restée dans un état second la semaine qui a suivi ...

C'est déjà loin et j'attends avec impatience l'épisode 2 pour faire émerger plus régulièrement la face cachée de l'iceberg, et trouver de nouvelles clés pour ouvrir de nouvelles portes .

Ça me fait un bien immense de me reconnecter ce soir à cette expérience inoubliable » (Florence)

« J'ai été marqué par une phrase cette année: "Un gramme de pratique vaut plus qu'un kilo de théorie". Alors que penser d'un week-end entier de pratique de transparence à l'Etre, faites le calcul vous-même, toute la bibliothèque de Constantinople ne suffirait pas à l'égaliser. Je me suis épargné

une vie d'indigestion livresque, façon rat de bibliothèque, pour un week-end de connaissance directe, intuitive et personnelle, où la lumière venait tout autant de l'intérieur que d'un soleil généreux dont nous avons profité sans réserve. Pourquoi remettre le bonheur à plus tard? » (Cyrille)

« Thich Nhat Hanh dit "qu'il n'y a pas de chemin pour le Nirvana, le Nirvana est le chemin". Le labo du vivant auquel j'ai eu la chance de participer a été pour moi, une halte magique sur ce chemin même! Une pause durant laquelle tout en douceur, Isabelle et Pascale ont su guider nos énergies et faire émerger authenticité et partages magnifiques. Encore un grand merci à toutes les deux ! » (Chantal)

« Je me laisse guider pour vous envoyer ces mots :

« Quand le Familier accueille le Nouveau dans l'instant.

Animatrices, thématiques et lieu ont cela en commun, je les connais et je les aime.

Ce fût pour moi le point de départ de mon Oui avec au cœur, une envie de partages, d'expériences différentes et une façon de me vivre autrement.

Ce fût le cas, alors merci Pascale et Isa.

Vos qualités et compétences respectives se répondent avec fluidité et m'ont offert un espace toujours bienveillant et convivial.

L'alternance des temps d'apprentissage, d'écoute, d'expression, de jeu et de liberté sont autant de modulations qui au fil du séminaire ont nourri de vrais espaces de co-création, d'ancrage et de révélation.

Un mot s'invite en moi : trait d'union.

C'est le senti qui demeure, un trait d'union né de l'approche de cette thématique conjointe.

Trait d'union entre mon personnage et mon être, trait d'union entre les autres et moi, trait d'union entre la nature et moi, le tout vibrant dans une conscience toujours plus large et unifiée.

Je suis reconnaissante pour cela alors merci encore à vous et à chacune des participantes pour toutes les couleurs déployées.

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 et balle au centre ! Le jeu continue. » (Lydia)

« ...Je me sens plus légère aujourd'hui. Je ne le suis pas toujours bien sûr, mais notre week-end et nos échanges m'ont élevée, comme si certains poids s'étaient amoindris sur mes épaules et mes viscères. Je cherchais des choses en arrivant... un peu de sérénité, de sagesse, me connaître davantage, apprendre à écouter l'autre...prendre du recul sur la vie... je cherche toujours cette sérénité quotidienne mais maintenant je sais que l'on peut un peu l'approcher avec le temps. Oui, Prendre le Temps, Respirer, Ecouter, Recevoir (pas facile de tout recevoir!!)...

Je mets des majuscules car chaque mot est important.

Tout ça, vous me l'avez appris et aujourd'hui, je fais des choix pour moi (j'ai même refusé un CDI !!!! je voulais pas, j'ai dit non et n'oublie pas ma promesse de ne pas tout accepter - j'ai reporté des travaux de papier peint chez maman!!).

Si je me sens "agressée" (contrariété, paroles), je fais sciemment l'exercice de prendre le temps de respirer, de recevoir et d'évacuer le mieux possible... Tout ce qui arrive doit arriver... Je suis encore bien loin de vivre en pleine conscience mais le chemin que j'entreprends me plaît. Merci. Gratitude envers vous et l'univers !

Merci pour les belles rencontres de la vie.

Bon, quand ça ne va pas, j'aimerais bien hurler et vous dire : mince les filles ça marche pas la zen attitude mais ça passe ! J'apprends. J'écris un peu en vrac pardonnez moi. Mais comme on se doit bienveillance, no problemo ! La gratitude !.. magnifique. Bel exercice aussi.

Voilà, vous m'avez fait grandir et je pense à mon cœur intérieur souvent, pour l'atteindre et ne pas se laisser trop perturber...

Que d'exercices!!! Pour un bon 3 ça me va. »

(Magali)

« ... Un cadre agréable, une ambiance, que vous avez contribué, à rendre plaisante, un groupe... Beaucoup d'émotions, confiant, dans l'idée que c'est la bonne voie pour moi. Des petits pas pour l'instant et de belles envies, au départ, j'avais écrit, "grandes" envies. Ce qui me donne parfois, un peu le "vertige", car cela semble à la fois, proche, simple, accessible et en même temps, comment aborder ce vaste univers, trouver, un point d'entrée, un ancrage ?... L'Égo, mental, fonctionnent bien. À moi d'accueillir, de ranger ces pensées dans une boîte, sans aller contre, comme vous l'avez évoqué... »(Bruno)

« Je viens mes chers ami(e)s de cœur du Labo du Vivant vous dire que je suis aussi pleine de gratitude pour ces beaux moments de partage, d'échanges oh! combien porteur d'élan...Ça a été un déclic de plus pour moi, dans mon éveil et dans la compréhension de ma vie avec justesse. Merci mes ami(e)s pour ce cadre bienveillant, chaleureux, respectueux dans lequel nous avons évolué tous ensemble. La vie est pleine de bonnes surprises et de cadeaux. Juste observer les signes qui se présentent. Il suffit de l'aimer et de s'aimer » (Djéma)

« Merci à vous deux de votre don et pour tous les cadeaux que nous avons reçu ! Vous êtes toutes les deux de si belles personnes! Je suis encore émue quand je pense à vos énergies réunies et votre désir de "transmettre" avec la clarté et la bienveillance qui vous animent et vous caractérisent aussi. Je me sens tellement chanceuse de vivre le Labo du vivant! J'écris "vivre" volontairement au présent car les effets perdurent... même si la nature humaine revient parfois au galop, il y a certaines choses qu'on ne peut plus ignorer une fois qu'on les a expérimenté ». (Chantal)

« Légèreté, Partage, Écoute, découverte, rires, larmes, lâcher prise, le vrai soi-même sans jugement ni comparaison, ENERGIES DU COEUR pour ma part en ébullition.

"Le langage du cœur " est pour moi un cadeau que je me suis fait en signe de l'amour que je me porte... Pour finir le fait d'être également acteur dans le choix des activités fait que cette EXPERIENCE devient VIVANTE dans l'instant présent. » (Nino)

« Ce week-end du mois d'octobre était mon premier séminaire, je n'en avais jamais fait l'expérience auparavant. J'ai eu l'opportunité au travers de cette réunion, de sentir au plus profond de mon être ce qu'est l'individualité en reliance avec le collectif.

Chaque personne du groupe qui s'est exprimée par la voix et les gestes sur son type enneagramme où les mots ont été mis sur des maux, avaient une résonance (à quelque niveau que ce soit) chez moi.

Cette unité entre le moi, le soi et les autres qui ne font qu'un, a vraiment été une révélation.

Je vous en remercie toutes du fond du cœur.

Toutes ces fortes énergies qui se sont dégagées au cours de ce week-end, nous les avons envoyées, en même temps, à tous nos frères et sœurs de la Terre.

J'ai compris cette superposition de plans qui agit simultanément et qui ne font qu'un, indivisible.

Je vous écris du Pays du Soleil Levant, à toutes qui êtes vous aussi des soleils, brillez à votre firmament. Avec ton mon Amour pour vous »

(Fabienne)