

# *Au-delà de mes blessures (AUBE)*

---

La plupart d'entre nous portent des masques. Des masques que nous vêtions en guise de protection et qui nous permettent d'avancer, tant bien que mal, dans la vie.

Mais que se cache-t-il derrière ces masques? Et pourquoi, malgré nos masques nous ressentons encore, parfois ou souvent, de la douleur? Pourquoi ne nous protègent-ils pas entièrement?

Ces masques cachent des blessures et donc des peurs reliées à des émotions. Ce sont ces mêmes peurs qui nous limitent dans notre capacité à aimer et à nous aimer d'un amour inconditionnel.

Ce cours va nous emmener à la découverte des blessures\*:

- quand et comment se manifestent-t-elles?
- comment les reconnaître, par le biais physique, émotionnel, somatique, etc.?
- comment aller au-delà des blessures: les transformer et les guérir?

Durée: 3 jours (09h00-12h30 / 14h00-18h30) soit 24 heures

Pré-requis: Santé Par le Toucher I et II

Dates: 15-16-17 juin 2018

Matériels: de quoi écrire, manuels SPT

Habits: pour le premier jour: apporter/porter des vêtements moulants

Tarifs: CHF 600.00

Instructrice: Francesca Albertini

\*selon les œuvres de Lise Bourbeau