

Conférence d'automne 2019 : éveiller l'envie de se former - exemple, Mark Riklin

« Recentre-toi sur l'essentiel »

Cours annuel – un temps pour les questions existentielles

Devenir pleinement humain comme cela correspond à nos impératifs intérieurs ne va pas de soi. Même si nous sommes bien installés dans la vie et que nous nous investissons dans de nombreux domaines de la vie, dans la profession et dans les relations et sommes présents – on peut avoir soudain l'intuition que dans la vie, il y a encore autre chose et qu'il y a un vide qui demande à être comblé ; parfois, c'est une limite sur le plan de la santé ou de la profession qui nous indique qu'il convient de donner une nouvelle impulsion à notre vie.

Dans ce cours annuel, nous vous invitons à donner à votre vie une orientation claire et spirituelle, à la façonner de l'extérieur mais aussi en profondeur et depuis les profondeurs, bref : à vous recentrer sur « l'essentiel ».

En arrière-plan de ce cours, il y a la sagesse de la foi chrétienne avec ses penseuses et ses maîtres spirituels, ses traditions mystiques ainsi qu'un élargissement de l'horizon vers les autres religions et une perspective globale, systémique dans une orientation d'éthique sociale.

L'équipe responsable réunit, grâce à des années d'expérience dans des domaines de travail différents, une grande diversité méthodologique et la capacité de s'adapter avec sensibilité aux conditions des participantes et participants.

Nous utilisons dans notre travail des impulsions diverses, des offres d'approfondissement, des entretiens, des mouvements, des exercices de perception, des formes créatives, des éléments de coaching, de leadership spirituel (Spiritual Leadership) et de Vision quest/quête de vision.

Durée : l'itinéraire de l'année peut être suivi comme un tout, comme une unité de 8 week-ends. Il est possible aussi de participer uniquement à certains week-ends.

Cadre proposé : samedi 10 heures à dimanche 16 heures

Unités du cours :

1. Ce qui est, est. Exercice de pleine conscience

Qui est celui ou celle qui veut se recentrer sur l'essentiel ? Qu'est-ce qui me marque ?

Quel est le fondement de ma biographie ?

2. Existence physique, joie de vivre et relations

Je suis fondamentalement marqué par ma constitution physique en tant qu'homme ou femme. Le week-end, nous portons notre attention sur le réseau de relations auquel nous sommes rattachés.

3. D'où – vers où ? Le paysage de mes valeurs

Nous cherchons des réponses à la question de l'origine et du but de la vie en tant que tout.

Quelles sont les valeurs qui marquent ma vie de manière consciente ou inconsciente ? Ma volonté et ma conscience.

4. Don et abandon – fixer des priorités

Prendre des décisions sur la base de mon aspiration la plus profonde à la vie.

Qu'est-ce qui veut venir au monde à travers moi ? Consentir au monde et rester moi-même.

5. Qu'est-ce que je veux quand je veux ce que je veux ?

Il faut sans cesse prendre des décisions. Et cela, en veillant attentivement à mes besoins et aux valeurs qui comptent pour moi.

6. Une dynamique propice à la vie dans le système de mes relations

Travail de défrichage : répertorier des situations dans la famille et la vie courante et défaire des nœuds pour permettre un avenir plus libre.

7. Connaître les limites et les reconnaître

Les ressources sont là, mais elles sont limitées ; tant dans le domaine personnel que dans le domaine de la société et de l'écologie. Il s'agit de chercher une voie praticable.

8. Se tourner vers le (grand) tout

Ouvrir son regard au tout, pour ma vie et pour la perspective spirituelle du « tout du monde ». Nous cherchons des approches pour exprimer cet ancrage profond.

« Ce qui est devant nous et ce qui est derrière nous n'est rien... »

Mark Riklin, Nov. 2019