

Mon cheminement dans la Vie m'a menée à une pratique de méditation et à suivre les enseignements et les partages de personnes comme Laurent Lévy, Issa Padovani, Armelle Six, aussi Grégory Mutumbo, et tant d'autres...

Grâce à eux, j'ai commencé à dire oui à la Vie. Je suis tombée dans la marmite de la gouvernance partagée et je me suis formée via l'Université du Nous (MOOC puis formation Facilis).

Dans les mêmes moments, j'ai commencé à suivre des ateliers de Movement of Life auprès d'amies qui s'étaient formées. A cette occasion, j'ai renoué avec mon goût pour la Danse, mais MOL n'est pas une danse. C'est le mouvement libre du corps qui peut enfin être comme il a besoin d'être et délivrer toute son intelligence au service de son confort, tous ses savoirs enfouis, les mémoires de souffrance qui demandent à être libérées, les croyances limitantes qui doivent être dissipées pour se vivre en son plein potentiel. Au départ, c'était pour moi juste être physiquement comme cela a besoin d'être, traverser l'émotion, intégrer la nouvelle prise de conscience....

Un jour le déclic s'est fait et je me suis inscrite à la formation de facilitatrice Movement of Life. Les conditions étaient pourtant réunies pour que... je ne puisse pas suivre ce cursus ! Mais dans une fluidité absolument magique de la Vie, la formation a pu se suivre et m'a même conduite à prendre un virage radical en quittant le travail où j'étais jusqu'alors et d'oser suivre un mouvement vers une vie différente, beaucoup plus proche de mes élans et inspirations profondes... comme j'ai besoin de me vivre. S'ensuit une quête d'authenticité, de grandes libérations émotionnelles, l'esprit tourné vers un nouveau monde ouvert sur le partage, l'optimisation des ressources en collectif, une conscience des multiples dimensions...

Pour faire complet, j'ai envie de préciser que j'ai pu me former à la médiation CNV (institut Emergence)... qui permet d'ouvrir un espace de parole authentique au service de la relation et de la traversée et la résolution de conflits interpersonnels...

Je remercie l'association Ondes de Vie de me permettre de démarrer mon activité et d'y proposer mes ateliers MOL, en présentiel dans la région d'Angers ou tout simplement en distanciel.

A mon tour de vous ouvrir cet espace unique et sûr, pour être comme vous avez besoin d'être, dans l'instant, dans le mouvement libre... des pensées, des jugements, le mouvement libre qui vient uniquement du corps et de l'intelligence somatique, où le mental n'interfère pas, et qui vous permet de vivre toute la magie de Movement of Life.

Parmi toutes les possibilités offertes par MOL :

- Etre en présence avec son corps
- Vivre un moment de détente, de relaxation, de bien-être
- Ressentir, traverser une émotion,
- Accompagner, soutenir une prise de conscience, une épreuve du chemin de la vie
- Soutenir une traversée de burn-out, de trauma
- Recontacter la Vie en soi, élargir la conscience de Vie
- Ouvrir, élargir sa conscience au flow de la Vie, recontacter ses aspirations profondes en lien avec la Vie qui nous traverse, dans laquelle nous sommes inclus.e.s
- Liste non exhaustive, faire une expérience unique en lien avec qui l'on est dans son unicité, dans son unique couleur, son unique vibration, son unique note dans la grande symphonie du monde... Libérer le plus complètement l'énergie de la Vie contenue en soi et se laisser émerveiller par tout le potentiel que l'on peut incarner...

A vous de mettre le curseur !

Au plaisir de vous retrouver en ligne ou en présentiel ici ou là !

Avec douceur ;

Corinne Cœur Une