

Autolouange

Weekend (re) découverte Autolouange

Cette démarche participe à la connaissance de soi.

Elle restaure la confiance en soi et l'estime de soi tout en découvrant le Rimbaud qui sommeille en chacun(e).

C'est une possibilité authentique de descendre en douceur au cœur du cœur de soi-même et couche après couche, de laisser vivre l'essentiel dans un élan libre de nos peurs et de nos freins.

L'autolouange est une pratique millénaire et universelle.

Elle permet de traduire en mots ce qui vient de l'âme.

Ecrire en « je », avec emphase et poésie, un texte qui parle de soi et le proclamer, honorer une épopée personnelle.

Nul besoin de « savoir » écrire, mais simplement d'accepter l'invitation à retrouver la fontaine de jouvence qui pétille en chacun de nous.

Loin du narcissisme et de la prétention, il s'agit de célébrer poétiquement l'être que nous sommes, dans sa beauté et dans sa reliance à l'humanité et à l'univers.

Cet art de l'écoute et de la disponibilité est une voie d'humilité.

Il s'agit d'être à l'écoute d'un fil d'écriture qui se tisse en nous, aussi modeste, futile même qu'il semble être.