

Coaching – Accompagnement – Développement

« Les personnes qui consultent (les psys) sont prisonnières de leurs émotions, soit elles se noient dans des ruminations négatives, soit elles tentent de les fuir en se dispersant. Avec la méditation, ils comprennent que leurs pensées ne sont que des événements, réels ou bien imaginaires ; mais que le seul moyen pour qu'elles perdent de leur emprise est de les accepter ». Christophe André

C'est grâce au corps que le cerveau peut penser.
« 95% du fonctionnement du cerveau ne parvient pas à la conscience. Un cerveau voit, pense, agit, décide, invente, crée, le plus souvent sans que les étapes intermédiaires soient conscientes. » Jean Didier Vincent

et toujours lui...

« Je dis qu'il n'y a pas d'acte, de pensée, de représentation sans un substrat perceptif. Le cerveau doit être affecté pour penser ; il lui faut un corps pour sentir et pour agir »

Formation aux pratiques de la relation



Je vous présente la newsletter des mois de juillet et août 2019.

Le focus est porté sur les émotions.

Les gens faux ont une image à maintenir ; les vrais se moquent bien de ce que les autres pensent.

« Attendre d'en savoir assez pour agir en toute lumière, c'est se condamner à l'inaction. » Jean Rostand

Sapiens « Le succès arrive quand l'opportunité rencontre la préparation. » Albert Einstein

« Nous vivons dans un monde où les funérailles comptent plus que l'homme, le mariage plus que l'amour et le physique plus que l'intellect. Nous vivons dans la culture de l'emballage qui méprise le contenu » Eduardo Galeano

Suggestions de lecture

A lire

Sapiens

Yuval Noah Harari

Comment les hommes (sapiens) ont réussi à dominer la planète ? Comment en sommes-nous arrivés à créer les concepts de religion, nations, droits ? A dépendre de l'argent, des lois ? A devenir esclaves de la consommation de masse ? A risquer de casser la planète ?

A lire avec intérêt

Antifragile

Nassim Nicholas Taleb

Un pavé dans la mare des économistes et probabilistes. J'en retiens entre autres « la société est fragilisée par les politiciens mous, les insoumis qui ont peur des élections, et des journalistes qui élaborent des récits, créent des déficits explosifs et compliquent les problèmes de l'agent parce qu'ils veulent faire bonne figure sur le court terme