Devenir rêveilleur d'empathie et lâcher ses oreilles

Un rêve, une idée, un projet, pour se rencontrer pour de vrai, avec tous les gens - proches, amis, voisins, inconnus- un peu partout.

Comment ?

En saupoudrant de l'écoute empathique pour soi et autour de soi.

Vous saupoudrez et simplement, vous ressentez, observer, sans aucune autre prétention.

Pourquoi ?

Pour voir ce qui se passerait si on introduisait plus d'empathie dans le monde.

Qu'est-ce que l'empathie ?

Ou écoute bienveillante :

C'est se rendre disponible à l'univers de l'autre, à ses codes et ses significations.

C'est comme si j'étais à sa place sans l'être vraiment puisque cette place est déjà occupée.

C'est essayer de percevoir ce qu'il ressent, ses besoins, ce qu'il pense ou vit à la place ou il est.

Ecouter l'autre c'est se taire soi-même pour se concentrer sur ce que j'écoute afin de bien comprendre ce qui est dit ou observé.

J'écoute dans le but de découvrir l'autre, sans intentions, un acte gratuit, d'attention et d'ouverture.

Ecouter l'autre c'est comme si je lui offrais un temps précieux rien que pour lui dans lequel il pourrait prendre soin de lui.

L'empathie est là en nous dès nos premières minutes de vie.

Alors rêveillons la puisse qu'elle semble faire du bien!

Avertissement sérieux et joyeux :
Entendre pleinement quelqu'un entraine des conséquences.

Ça ouvre le cœur, ça fait tomber les masques, créé du lien.

Parfois on pleure, on rit, on vit nos émotions.

Bref, on vit pleinement !

Concrètement ?

Devenir rêveilleur, facilitateur, semeur d'empathie et pourquoi pas participer à un lâcher d'oreilles ?

Atelier « Devenir rêveilleur d'empathie»

Si l'on mettait plus d'écoute dans notre vie, que se passerait-il ?

Les rêveilleurs d'empathie sont des personnes qui en saupoudrent autour d'eux, dans des lieux ordinaires avec des gens d'un peu partout qu'ils ne connaissent pas forcément.

Et l'air de rien, ils se sont aperçu que mettre un peu plus d'écoute dans le monde, ça a des conséquences !

Cet atelier permet de (re)découvrir cette compétence humaine innée, de devenir rêveilleur d'empathie- créateur potentiel d'espaces d'écoute et de présence- d'en saupoudrer dans votre quotidien et de participer au lâcher d'oreilles des rencontres ambulantes, une manière ludique, festive, créative, simple et bienveillante de donner davantage d'attention à soi et à l'autre.

« le lâcher d'oreilles»

Les rêveilleurs d'empathie viennent à votre rencontre avec leurs drôles de chaises sur le dos pour vous faire vivre la curieuse expérience des rencontres ambulantes.

On s'assoit quelques minutes pour revisiter l'automatique « ça va ? Oui ça va et toi, ça va ? ».

Un temps simple, sans prise de tête, un brin festif, un brin profond pour s'écouter, se rencontrer, soi, l'autre, dans la bonne humeur, le respect, la bienveillance et la liberté.

Contact

Pour plus d'informations, participer au projet, réfléchir avec nous, devenir rêveilleur d'empathie ou connaître les lieux des ateliers et des lâchers d'oreilles, vous pouvez contacter Mélanie Pinot par téléphone au **06 82 41 82 24** ou par mail **contact@associationcolor.fr**

Site web : www.associationcolor.fr