



SOIREES NLPNL-PARIS-IDF

Organisation : Andrée ZERAH

Mardi 23 février 2021 de 18h30 à 20h30 **web ZOOM**

Le lien zoom vous sera envoyé la veille

Jean Luc MONSEMPES :

Le pardon et la PNL

Se sentir blessé, en colère ou déçu face aux propos ou comportements des autres est une réaction bien naturelle. Lorsqu'elles sont entretenues, ces blessures peuvent acquérir un fort potentiel de nocivité. La colère chronique est un état de stress, une forme de combat ou de fuite qui altère nos fonctions vitales et notre immunité. Si un proverbe Amérindiens dit que "Toute maladie est causée par le fait de ne pas pardonner", des recherches démontrent les puissants bénéfices du pardon pour la santé.

Pardonnez aux autres ou à soi-même ne signifie pas oublier ou renoncer aux valeurs malmenées, ni rechercher un fautif ou excuser l'autre de ses actes. Pour la PNL, le processus du pardon débute par la décision de ne plus s'accrocher aux ressentis douloureux du passé. Puis on crée un état émotionnel qui autorise à « donner » à soi et à l'autre la possibilité de reconsidérer la signification de l'événement. Pardonnez est l'un des plus grands cadeaux à vous offrir. Le pardon libère une énergie qui ouvre votre esprit et votre cœur et vous permet d'aller de l'avant et profiter de la vie.

Jean Luc MONSEMPES. Docteur en médecine. Enseignant certifié en PNL, PCM et LAB Profile. DU de coaching. Son domaine d'expertise est celui l'application des sciences cognitives à la santé individuelle et collective.

Inscriptions à l'avance sur www.nlpnl.eu ou auprès d'Andrée ZERAH au 06 11 90 16 86 a.zerah@orange.fr

<https://www.weezevent.com/-3974>

Le lien zoom vous sera envoyé la veille

Adhérents : 8 euros, non-adhérents : 13 euros

Pour adhérer à NLPNL PARIS-IDF : <https://www.nlpnl.eu/nlpnl/associations/paris-ile-de-france>.