



Jeu INSPIRATION



VIBRESSENCE
Au cœur des liens entre visible et invisible

« On est bon dans ce qu'on aime »
Relevé par E. Mortier

Quelles sont les choses que j'aime faire et que je ne fais pas ?

En quoi suis-je bon ?
Y a-t-il des choses que je n'aime pas faire ?



Inspirations by Vibressence

« Si le hasard existe, il n'est pas là par hasard »
Les frères Bogdanov

Quelle est la place que je laisse au hasard ?

Quels sont les « hasards » qui se produisent pour moi en ce moment ?



Inspirations by Vibressence

« Aucun de nous ne sait ce que tous ensemble nous savons »
Euripide

A qui puis-je demander de l'aide ?

Avec qui puis-je coconstruire mon projet ?



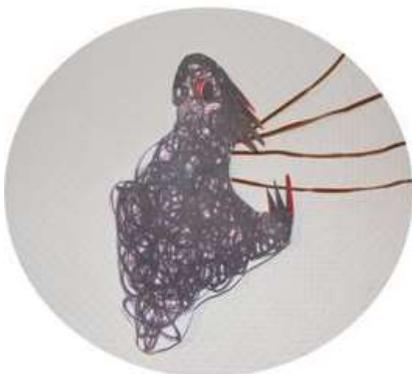
Inspirations by Vibressence

« Ben non ! Ce serait trop facile ! »

La petite voix qui fait gnacgnacgnac...

Et pourquoi ça devrait être difficile ?

Comment ça serait alors si c'était facile ?



Inspirations by Vibressence

« La paix, c'est le lien »

*Participante au
Débat Mouvant
« Oui à la Paix » 2017*

Quels liens inédits puis-je faire entre ma question et la/ma paix ?

Où, dans mon projet, le/du lien manquerait-il ?



Inspirations by Vibressence

« On ne voit bien qu'avec le cœur »

A de Saint Exupéry

Que vois-je vraiment ?

Qu'est-ce qui m'empêche de voir vraiment ?



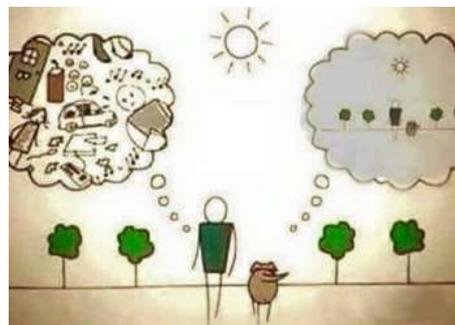
Inspirations by Vibressence

« Là où sont tes pensées, tu es »

Rabbi Brachman de Breslau

A quoi je pense la plupart du temps ?

Où est-ce que je me souhaite vraiment être ?



Inspirations by Vibressence

« Quoiqu'il t'arrive, dis merci »

Ilse

Comment puis-je dire merci dans cette situation ?

Que puis-je remercier en moi qui est en train d'affronter / d'apprendre/ de dépasser... dans cette situation ?



Inspirations by Vibressence

« Un moment de honte est vite passé, l'ignorance dure toute une vie »

Proverbe chinois

Quelle question pourrais-je enfin oser poser ?

Quelle est l'ignorance que je veux me cacher à moi-même ?



Inspirations by Vibressence

«Aquí, la Reina soy yo»

(Dans mon royaume, la Reine c'est moi)

Alicia

Comment je décide de régner sur mon propre royaume ?

Si je suis la Reine de MA vie, sur quoi je me souhaite régner ?



Inspirations by Vibressence

« L'arbre, c'est tous les chemins d'une graine »

Un grand Chêne de Londres

Quelle est la forme que prend ma vie aujourd'hui ?

Quels sont les chemins qui ont construit qui je suis ?



Inspirations by Vibressence

« Là où sont mes pieds, je suis à ma place »

Citation Amérindienne

Où suis-je vraiment en ce moment ?

Qu'ai-je à (que puis-je) réaliser ici ?



Inspirations by Vibressence

« Aujourd'hui, je suis une abeille toute la journée »

Zoé B

Et moi, qui suis-je toute la journée ?

En quoi l'abeille peut-elle m'inspirer aujourd'hui ?



Inspirations by Vibressence

« Qui met des paillettes sur la mer ? »

Léa B

Où puis-je mettre des paillettes en ce moment ?

Quelle merveille de la Nature puis-je aller contempler maintenant ?



Inspirations by Vibressence

Synergie ECO : Ensemble, Cap et Objectif ?

F. Boone et S. Lecomte

Comment puis-je combiner des indicateurs CAP et OBJECTIF ?

OBJECTIF
SMART
Spécifique
Mesurable
Atteignable
Réaliste
Temporel

CAP
LIENS
Long terme
Intentionnel
Evolutif
Nourissant
Spatial



Inspirations by Vibressence

« Comment identifier un doute avec certitude ??? »

Raymond Devos

De quoi suis-je sûr(e) ?

Quel est le bénéfice que je récolte de mon doute ?



Inspirations by Vibressence

Le sacré – le ça crée
En secret – en se crée

Le langage des oiseaux

Quelle part se crée, et quelle part « en secret » ?

Qu'y a-t-il de sacré dans mon projet, en quoi « ça crée » ?



Inspirations by Vibressence

La magie
L'âme agit

Le langage des oiseaux

Patrick Burensteinas

De quelle magie ai-je besoin ?

En quoi dans mon projet je peux laisser l'âme agir ?



Inspirations by Vibressence

« Le monde a la beauté du regard qu'on y pose »

Yves Duteil (in Regards Impressionnistes)

Quel regard ai-je envie de porter sur le monde ?

En quoi la beauté du monde peut-elle inspirer mon regard ?



Inspirations by Vibressence

« La traduction d'éros (en grec) : valor (en latin). En français, ce serait "force de vie". Question : quelle stratégie érotique élaborer ? »

Patrick Viveret

Où ai-je confondu « force de vie » et
« finances » ?
Et moi, quelle est ma stratégie « érotique » ?



Inspirations by Vibressence

« Il s'agit de savoir si nous voulons avoir raison ou si nous voulons être seul »

M. Rosenberg

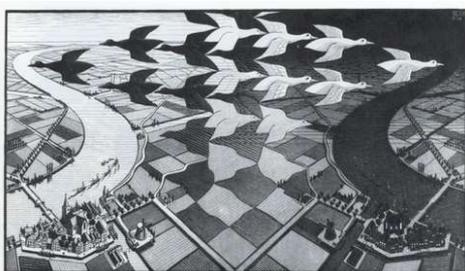
Quelle part j'accorde au lien ?
Quelle place « avoir raison » a-t-elle dans mon projet ?



Inspirations by Vibressence

« Cohérence ou
Co-errance ? »

En quoi suis-je bien cohérent ?
Est-ce que je ne serais pas en train « d'errer
avec » ?



Inspirations by Vibressence

« A force de me planter, je
vais bien finir par pousser »

Cité dans CLEFS

Quelle marge je me donne pour me tromper ?
Comment cet « échec » m'a-t-il fait grandir ?



Inspirations by Vibressence

« Jette trois cheveux à ton idée »

C. Pinkola Estès

De quoi puis-je me délester dans ce projet ?

Finalement, si je ne gardais que l'essentiel de ce projet, ce serait quoi ?



Inspirations by Vibressence

« Mal nommer les choses, c'est ajouter au malheur du monde »

Camus

Sur quoi ferai-je mieux de me taire ?

Comment puis-je renommer ce que je vois ?



Inspirations by Vibressence

« Une fois qu'on dit à un enfant le nom de l'oiseau qu'il observe, l'enfant se désintéresse de l'oiseau »

Krisnamurti

Dans ce que j'observe, de quelle part mentale puis-je me délester pour observer vraiment ?

Qu'ai-je vraiment vu ?



Inspirations by Vibressence

Dépenser
Compenser
PEnsen
PAnsen

Que suis-je en train de compenser ?

Qu'ai-je à pAnsen ?



Inspirations by Vibressence

« Tu penses, donc t'essuies »

Pascale B (ma maman)

Sur quelles constructions mentales je m'attarde afin de ne pas être dans l'action ?

Quelles sont les ressources à portée de main dont je peux me saisir pour faire avancer mon projet ?

Quels sont les plâtres que j'essuie dans ce projet ?



Inspirations by Vibressence

« Quelle est mon empreinte EGO-logique ? »

Patrick Viveret

Est-ce un projet écologique ou ego-logique ?

En quoi mon projet nourrit-il mon égo ? mon environnement ?



Inspirations by Vibressence

« Occupe-toi de l'essentiel, le nécessaire suivra »

Yvonne J.

L'essentiel dans ce que je fais, finalement, quel est-il ?

A quelles expériences passées je peux me référer où c'est la posture de confiance qui m'a permis d'avancer ?



Inspirations by Vibressence

« Donnez-moi la sérénité d'accepter les choses que je ne peux changer, le courage de changer les choses que je peux, et la sagesse d'en connaître la différence »

Prière de la Sérénité

Sur quoi ai-je la main ?
Sur quoi n'ai-je pas la main ?
Sur quoi puis-je me concentrer ?



Inspirations by Vibressence

**Se SACRifier
Se conSACRER ?**

A quoi/pour qui suis-je en train de me sacrifier ?

A quoi puis-je décider de me consacrer ?



Inspirations by Vibressence

**« Humour, humus,
humanité : mêmes racines ! »**
Conf. sur l'humour, A. Catillon

Sur quoi pourrais-je être en train de me prendre trop au sérieux ?

Avec quel humour puis-je nourrir mon humus, le terreau de mon projet ?



Inspirations by Vibressence

**« C'est l'asso qui va à notre
rythme, et non nous qui allons au
rythme de l'asso »**
*Règlement intérieur
Asso du TTT*

Quoi en moi me semble me forcer à courir ?

Quel serait le rythme juste si je ne me mettais pas la pression ?



Inspirations by Vibressence

**« L'univers ne se réduit pas à
ce que je suis capable d'en
penser »**

Sur quelles croyances je me base pour ce projet ?

Comment ces croyances, à l'échelle de l'Univers sont-elles pertinentes ?



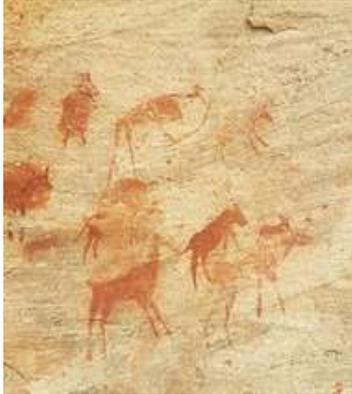
Inspirations by Vibressence

« Notre nature humaine est aussi fabulatrice »

Relevé par Cyril Dion

Est-ce que je « me la raconte » ?
Quelle histoire je (me) raconte ?
A quelle histoire ai-je bien envie de croire ?

Quelle histoire veux-je vraiment (me) raconter ?



Inspirations by Vibressence

Enthousiasme :
En Theo
(Dans Dieu / Dieu Dans)

Etymologie grecque

Quelle est la part divine en moi ?

Comment puis-je exprimer / honorer ce qui est divin en moi ?



Inspirations by Vibressence

« Je suis pressé donc je reste calme »

Jean-Marc B (mon papa)

Où puis-je mettre du calme dans ce projet ?

En quoi l'affolement me disperse-t-il ?



Inspirations by Vibressence

La chance sourit à ceux qui y sont préparés

L. Pasteur

Sur quelle préparation puis-je me concentrer ?

Quelle est ma chance dans ce projet ?



Inspirations by Vibressence

