



*Institut de
l'Autolouange*

SOUVIENS-TOI DE TA NOBLESSE

Cher.e.s ami.e.s de l'autolouange,

Vous trouverez dans cette infolettre :

- L'idée espiègle de semer l'autolouange dans l'espace public
- Des pépites d'autolouange partagées par le Pôle Spiritualité
- L'invitation aux prochaines soirées des pôles et 9 ensemble de janvier
- Nos propositions de cadeaux de Noël

Belle découverte,
Ophélie
avec Marie, Françoise et Eric

Semons la louange pour Noël

Nous vous proposons de réaliser des cartes de visites à glisser dans vos paquets, à oublier dans l'ascenseur ou à glisser dans la boîte aux lettres de vos voisins. Voici un exemple pour inspiration :



Il vous suffit de choisir une phrase, la mettre en forme sur Word, Publisher ou un autre programme, l'imprimer, la découper puis semer de la joie. Voici quelques phrases issues de poèmes très anciens qui nous offrent le sillon de leur sagesse, n'hésitez pas à y piocher. Si le modèle ci-dessus vous a plu, nous vous fournissons un pdf à imprimer avec toutes les phrases ci-dessous (1 planche de 10 cartes sur feuille A4 pour chaque phrase).

Chaque atome de poussière dit : « Intérieurement, je suis un trésor. »

Que tout m'est étroit. Je me sens si vaste.

Je suis la promesse de tous les lendemains qui pourront exister.

Il n'y a pas de merveille au monde que je ne puisse révéler.

Nous sommes faits pour apaiser.

La lumière en moi, je marche.

Vous êtes la perle brillante, même si vous pensez le contraire.



En ce temps vers la nuit la plus longue de l'hiver, le Pôle Spiritualité nous offre quelques pépites scintillantes, extraites d'autolouanges écrites et proclamées lors d'une de ses dernières rencontres.

Connexion - je suis ! Je suis impossible-possible, l'invisible-visible.
(Élise)

Je suis libre louange. Je suis légèreté d'un baiser. (Agnès)

Je suis la chambre haute, celle où l'on entre sur la pointe des pieds,
celle toute tapissée de silence où couve tout ce qui attend encore de
prendre forme et vie. (Françoise)

La grâce est mon mérite. (Léonard)

Je vis au pas de mon âme. (Marie)

Je suis marche silencieuse sur le fil de la lumière tendue entre l'en-haut et l'en-bas. (Agnès)

SAVE THE DATE

Soirée de lancement de *Se proclamer pour exister*

Jeudi 20 janvier, de 20h à 21h30

Ouverte à tous

Le pôle insertion vous propose de célébrer au champagne virtuel le lancement du livre collectif paru à Chronique Sociale : *Se proclamer pour exister - L'autolouange : une dynamique d'insertion scolaire et professionnelle*. Une soirée festive pour rencontrer les auteurs et échanger via zoom.

N'hésitez pas à inviter vos ami.e.s ou des structures qui seraient intéressées par l'intégration de l'autolouange comme dynamique d'insertion ou de teambuilding.

Pour nous rejoindre le 20 janvier, cliquer sur le lien ci-dessous la soirée venue. Mot de passe : soleil

Lien zoom pour le lancement de
Se proclamer pour exister

Agenda des pôles

Pôle Spiritualité

Mardi 21 décembre 2021 à 20h

La nuit la plus longue où je renaiss

Au cœur des ténèbres apparaît la lumière. Retrouvons-nous pour le solstice et préparer Noël.

Pôle T.A.C - Thérapie Accompagnement Coaching

Mardi 18 janvier 2022 à 19h30

Venez avec les défis que vous rencontrez lorsqu'il s'agit de trouver la place de l'autolouange dans la thérapie et l'accompagnement ! Ce pôle est un espace de partages pour toutes les questions et les expériences en lien avec l'autolouange dans le cadre de la dimension TAC.

Pôle Autolouange en corps

Le 23 février 2022 à 19h30

Exploration par le son

La proposition qui vous est faite pour poursuivre notre exploration de l'autolouange sans écriture est cette fois l'exploration par le son. Nous accompagnera cette magnifique ontolouange glanée par Léonard : « C'est moi l'énoncé de mon Nom". Si vous souhaitez explorer le son par un autre media que la voix, n'hésitez pas à vous munir de tout ce que vous jugerez utile pour cette exploration.

Pour vous inscrire à une ou plusieurs de ces propositions et recevoir le lien zoom (sauf pour le lancement du livre le 20 janvier), merci d'envoyer un message à contact@institutdelautolouange.fr

Ces rencontres font partie des invitations gratuites que l'Institut de l'Autolouange propose à ses membres. Si ce n'est pas encore le cas, vous pouvez remplir votre bulletin d'adhésion, le montant de la cotisation est libre cette année et en 2022.

Bulletin d'adhésion

9 ensemble

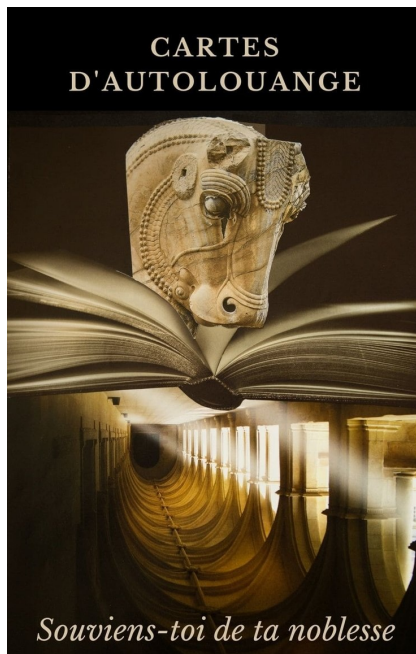
Le dimanche 9 janvier de 20h à 21h30

Prochaine autolouange buissonnière animée par ...

Cliquez sur le lien ci-dessous la soirée venue. Mot de passe : 9ensemble

Lien zoom 9ensemble

Vos cadeaux pour Noël

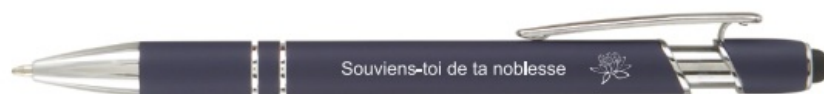


Cartes de l'autolouange

Nouvelle édition - 29.99 €

108 cartes pour diffuser le bonheur de l'autolouange et permettre de

- écrire son autolouange
- animer une rencontre
- interroger sa météo du jour
- aller à l'écoute de soi et révéler ses talents
- soutenir sa pratique de l'autolouange,
- animer une présentation originale en groupe, team building
- briser la glace



Stylo Souviens-toi de ta noblesse

5€ le stylo, 20€ les 5 - Nous n'envoyons pas moins de 3 exemplaires.

Un magnifique stylo bille à offrir, conçu pour que l'autre bout s'utilise comme stylet pour écran tactile (smartphones, tablettes, etc.).

Commander le jeu et/ou les
stylos

Crédits photos :
Cadre fleuri : Harryarts / Freepik
Fond étoilé : kjpargeter - fr.freepik.com

INSTITUT DE L'AUTOLOUANGE

Chemin de Vènes, 46330, ST CIRQ LAPOPIE

Cet email a été envoyé à {{contact.EMAIL}}

[Afficher dans le navigateur](#) | [Se désinscrire](#)

www.institutdelautoulouange.com

