

BOGGY

ATELIER I – 25 NOV 2018

La face cachée de l'action : la peur, le doute

Lorsque l'on décide d'agir, se posent immédiatement des questions toutes simples et incontournables, tels la définition de l'objectif – *Pourquoi est-ce que je veux le faire ?* –, la mise en place d'une méthode – *Comment vais-je le faire ?* – et pour finir : *Quand vais-je le faire ?* Ces éléments constituent la face révélée de l'action, ce que l'on voit ou croit voir.

Mais il existe une « face cachée de l'action », **ce que l'on ne voit pas**, dont nous ressentons néanmoins **les effets** : l'indétermination, l'appréhension, l'inquiétude, l'angoisse. Ces sentiments induisent un déséquilibre et **un arrêt de l'action**. C'est le moment où le processus de l'action, qu'on pensait maîtriser, dévie et **le sentiment d'être perdu** apparaît... L'atelier vous propose d'explorer la face cachée de l'action afin d'en contourner les effets.



PROCHAIN ATELIER

ATELIER II – 27 JANVIER 2019

[Vyâdhi : être gêné, indisposé, malade](#)