

Le charisme

Embrasser l'horizon

*La leçon du jour a pour objectif d'ouvrir votre expression à sa dimension la plus large.
Je pourrais dire universelle.*

Depuis un socle solide. Comme si vous vouliez embrasser l'immensité.

Le mot « embrasser » est ici très important.

Embrasser comme le sous entend son sens étymologique : tenir entre ses bras



Embrasser

La lumière de l'expression

Comme un phare sur l'océan

Le plexus

Jour 1

Jour 2

Jour 3

Eclairer son public

« Éclairer son public », c'est s'efforcer d'être plus clair !...

Plus clair dans ce que l'on est et ce que l'on dit. Pour faire porter son message plus loin et plus fort.

Voyez plus loin et vous parlerez mieux. Vous serez plus posé et facile à suivre.

Efforcez-vous d'analyser ce qui peut quelquefois brouiller votre message.

Dans le comportement, la diction ou dans la manière de formuler votre pensée.

Comment faire simple et lumineux, comme le phare dans la nuit.

Clarté

Comme un phare sur l'océan

Comme le phare battu par les vagues et qui ne tremble pas sur son socle,
votre parole doit s'ancrer dans votre confiance et votre maîtrise.
Elle ne doit pas trembler aux assauts répétés de la critique intérieure ou du doute.

Le phare tient bon dans la tempête. Il est stable et généreux.

Généreux, parce qu'au milieu de l'agitation générale des marées, des creux vertigineux, des tempêtes et dans le déchainement du ciel et de la mer confondus, il est une présence amicale, radieuse et qui appelle.

Qui nous éclaire jusqu'au confins de l'horizon.

A la limite de l'invisible et de l'intime comme la voix de l'orateur vient nous chercher là où on ne l'imaginait pas pour faire naître en nous de nouvelles forces, de nouveaux espoirs.

Maîtrise

Jour 1

Jour 2

Jour 3

Le plexus

Quand vous ferez « le phare »,
essayez de sentir jaillir de votre poitrine cette force,
ce faisceau semblable à la lumière émise par un phare.

C'est là au centre de votre poitrine, à hauteur du cœur, qu'est le siège de votre puissance.
En ce lieu du corps protégé par la cage thoracique, que l'on appelle **le plexus**.

Veillez bien sur cette région.
Elle est un indicateur de votre ouverture. La marque d'une posture affirmée (ou en repli).

Rayonnement



C'est à vous !

Allons-y ! Passons à la vidéo.

Il est temps d'agir selon votre nature généreuse.

Devenez ce phare qui nous éclaire loin et avec intensité.