

QU'AS-TU FAIT DE TON CONFINEMENT?

Préparation
psycho-spirituelle
à ne pas repartir
comme avant

TAP
GAP

Berna

Test de dépistage du *procrastinatus*

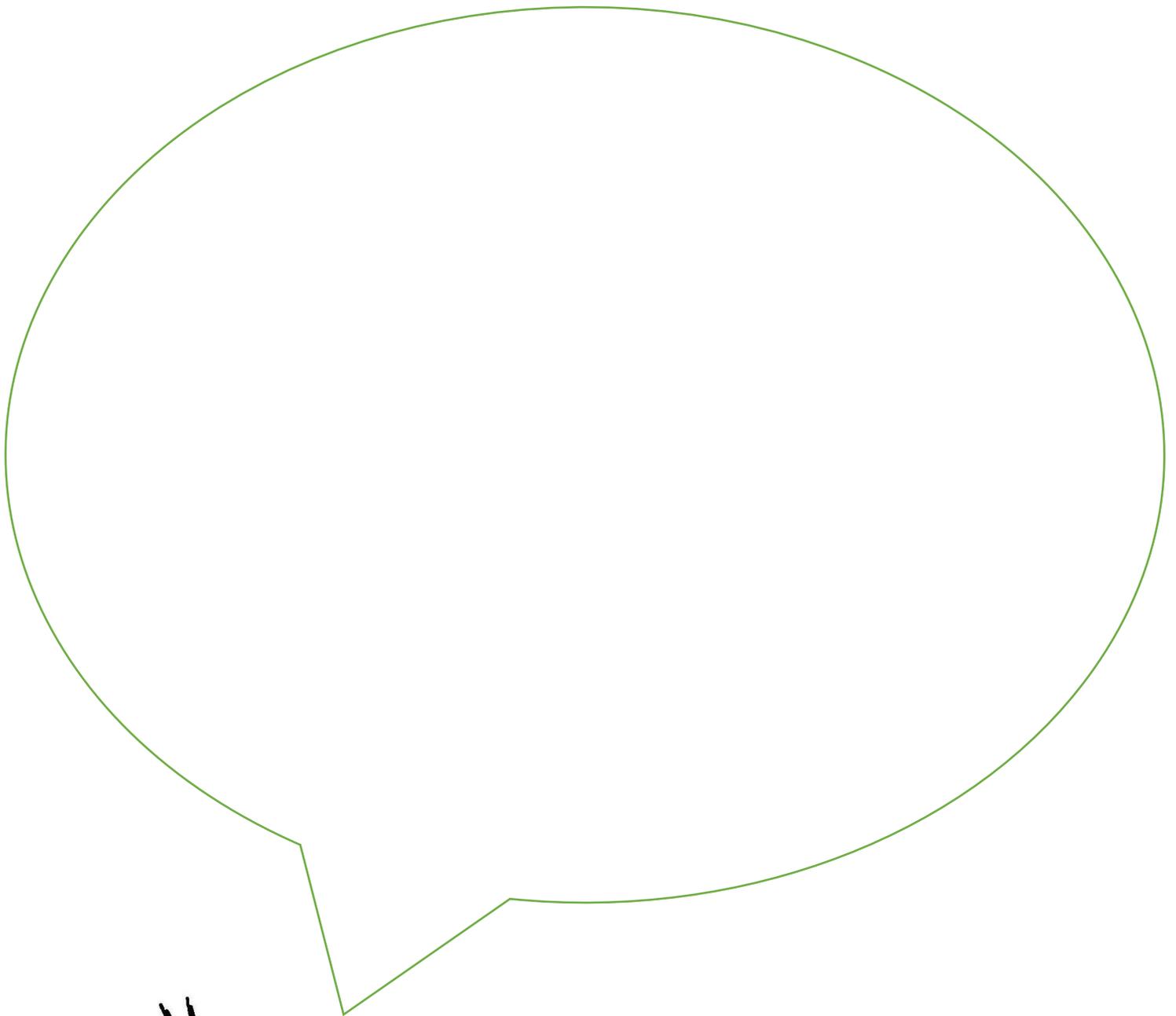
(du latin *procrastinatio* = remettre
systématiquement au lendemain)



SYMPTOMATOLOGIE

(Détecter les symptômes)

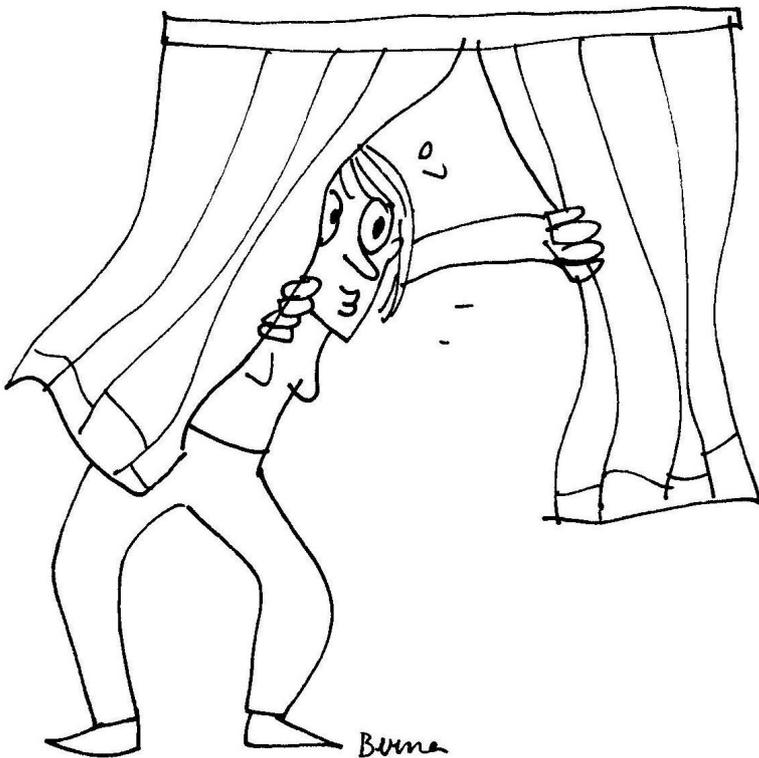
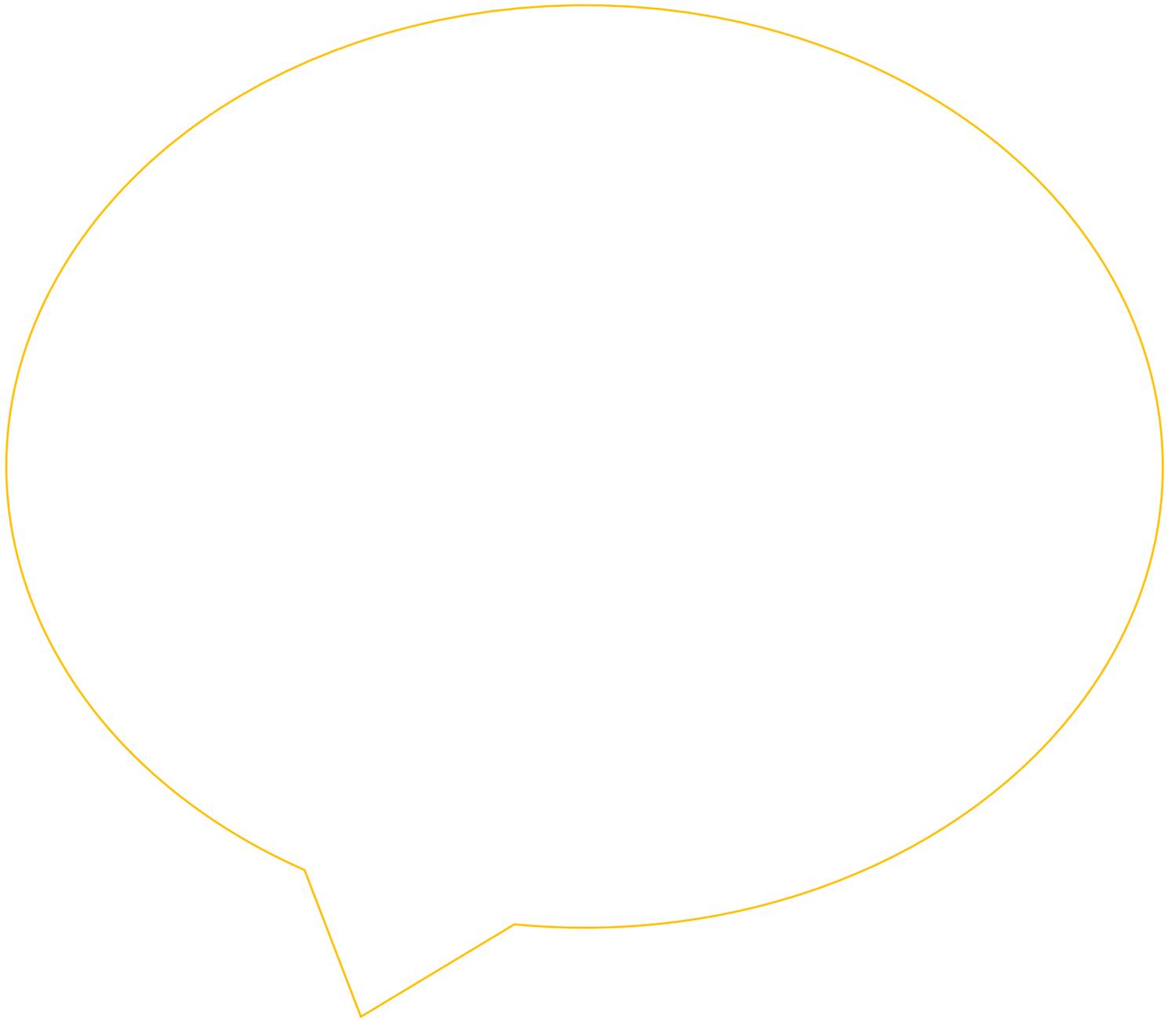




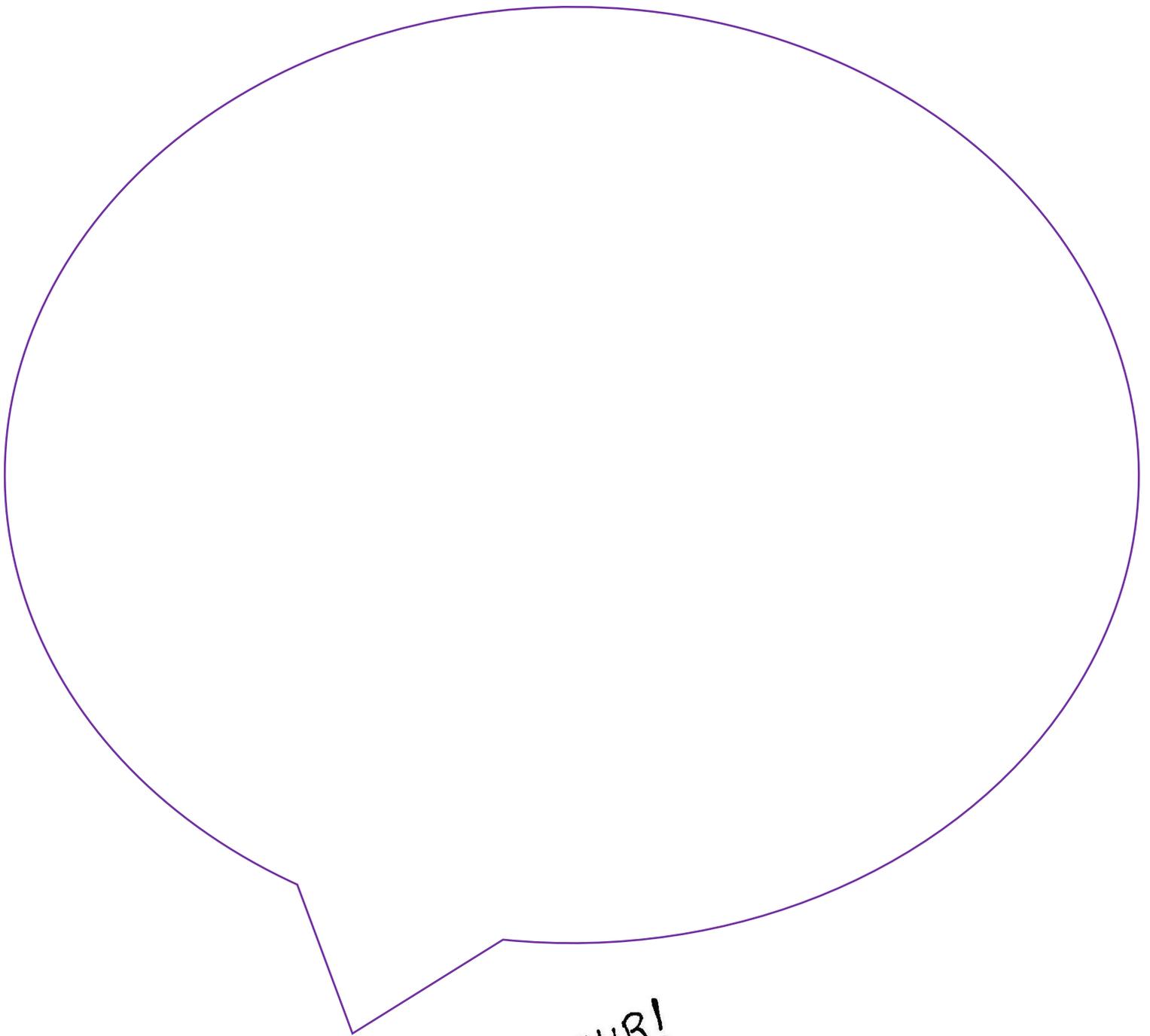
**Ce qui est apparu immédiatement
(soi, mes proches, les autres)**



Ce qui a pris le dessus (avec la durée)



Ce que l'on a découvert peu à peu
(de soi, de ses proches, des autres)



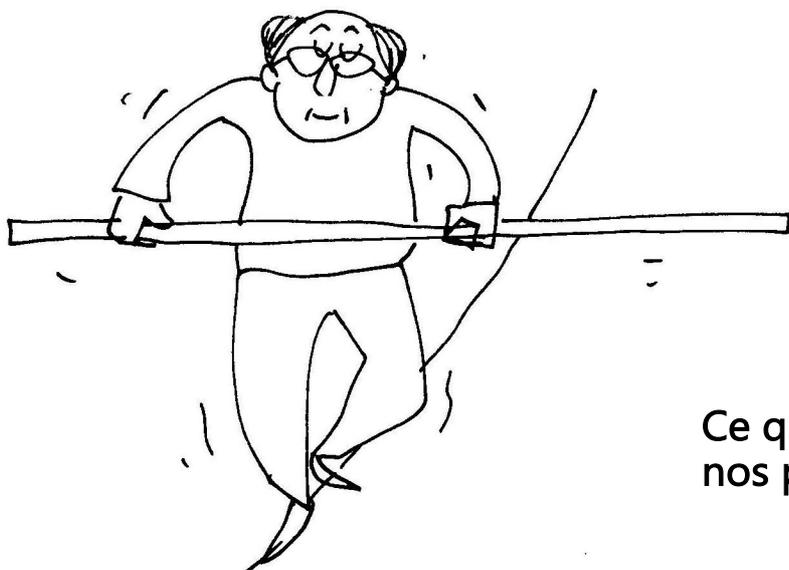
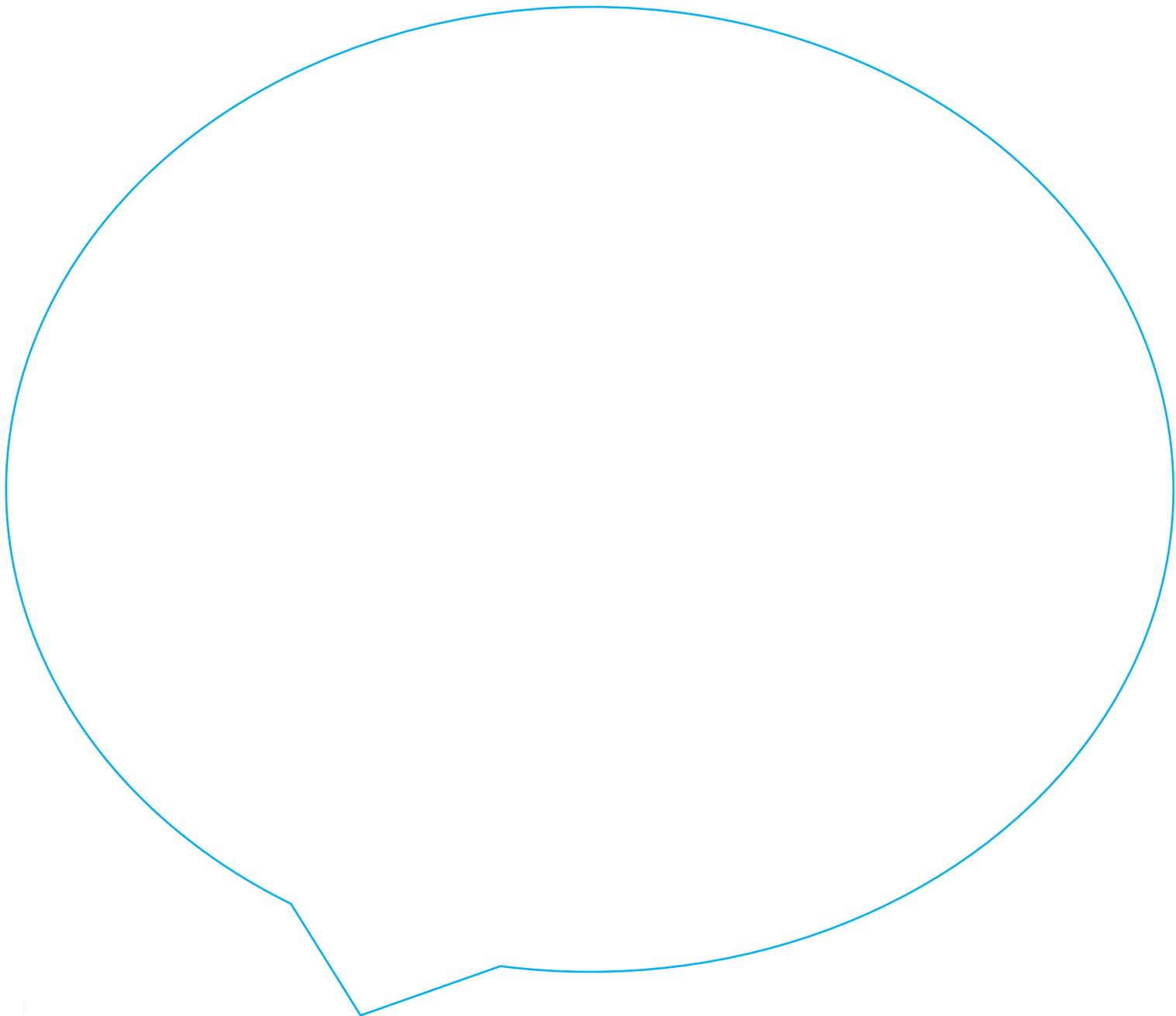
AAAH! QUEL BONHEUR!



Ce que j'ai eu, enfin, le temps de faire

Bonne

© 2020 B Lopez-M.-D Minassian



Béna

Ce qui s'est stabilisé (en soi, chez nos proches, dans la société)



Ce qui revient avec la
pression (économique,
financière, politique,
dans la société)

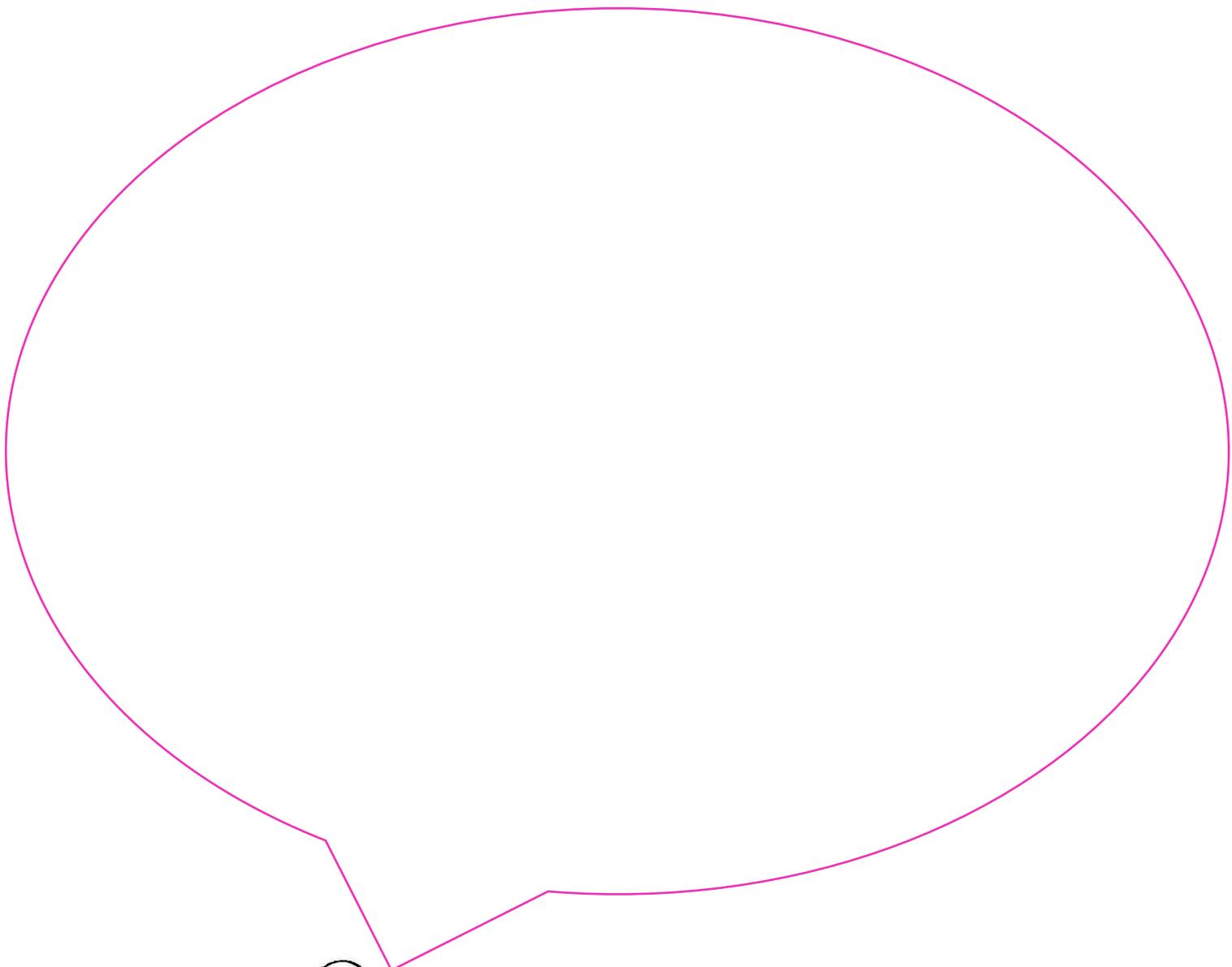
Aïe... IL APPROCHE,
LE DÉCONFINEMENT...



Bernie

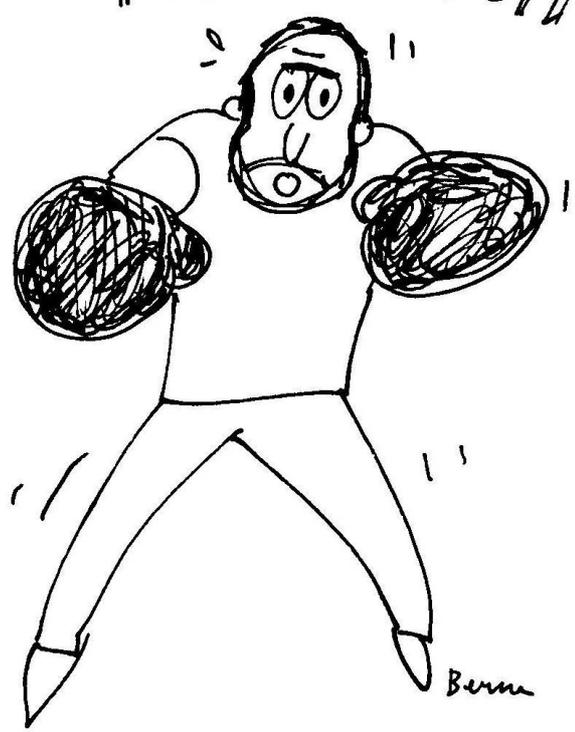
BRRRRRR...

Ce qui reprend le
dessus à l'approche du
confinement (en soi,
chez nos proches, chez
les autres)



Ce dont on a déjà la nostalgie

PAS TOUCHER!

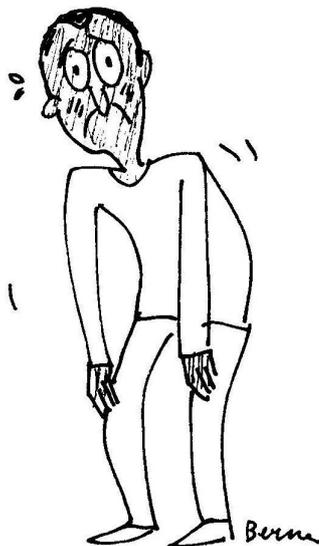


Ce que l'on ne veut absolument pas perdre

BON... AU BOULOT!



BON... ON N'A PAS
LE CHOIX!

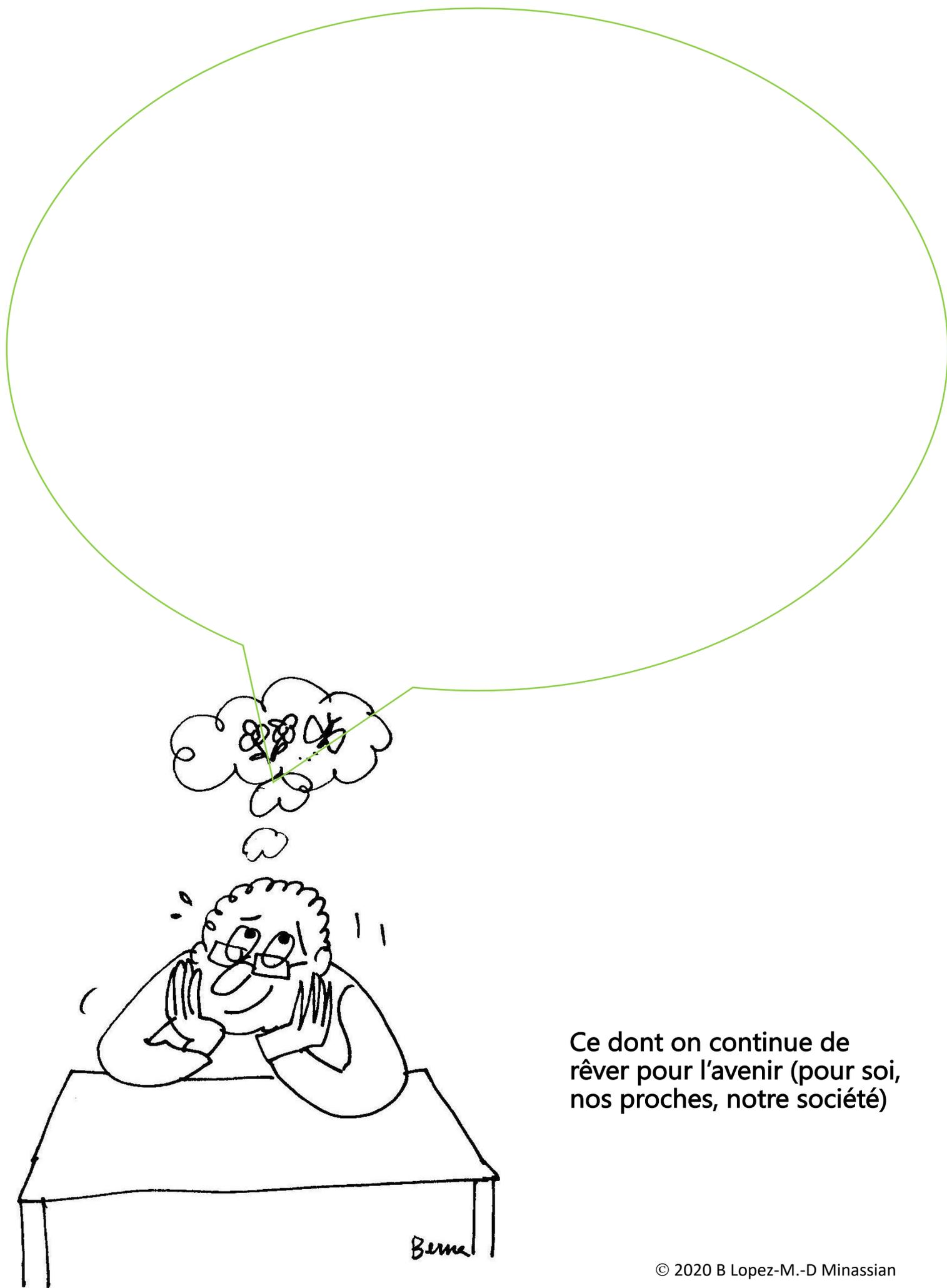


Ce que l'on doit
inévitablement reprendre

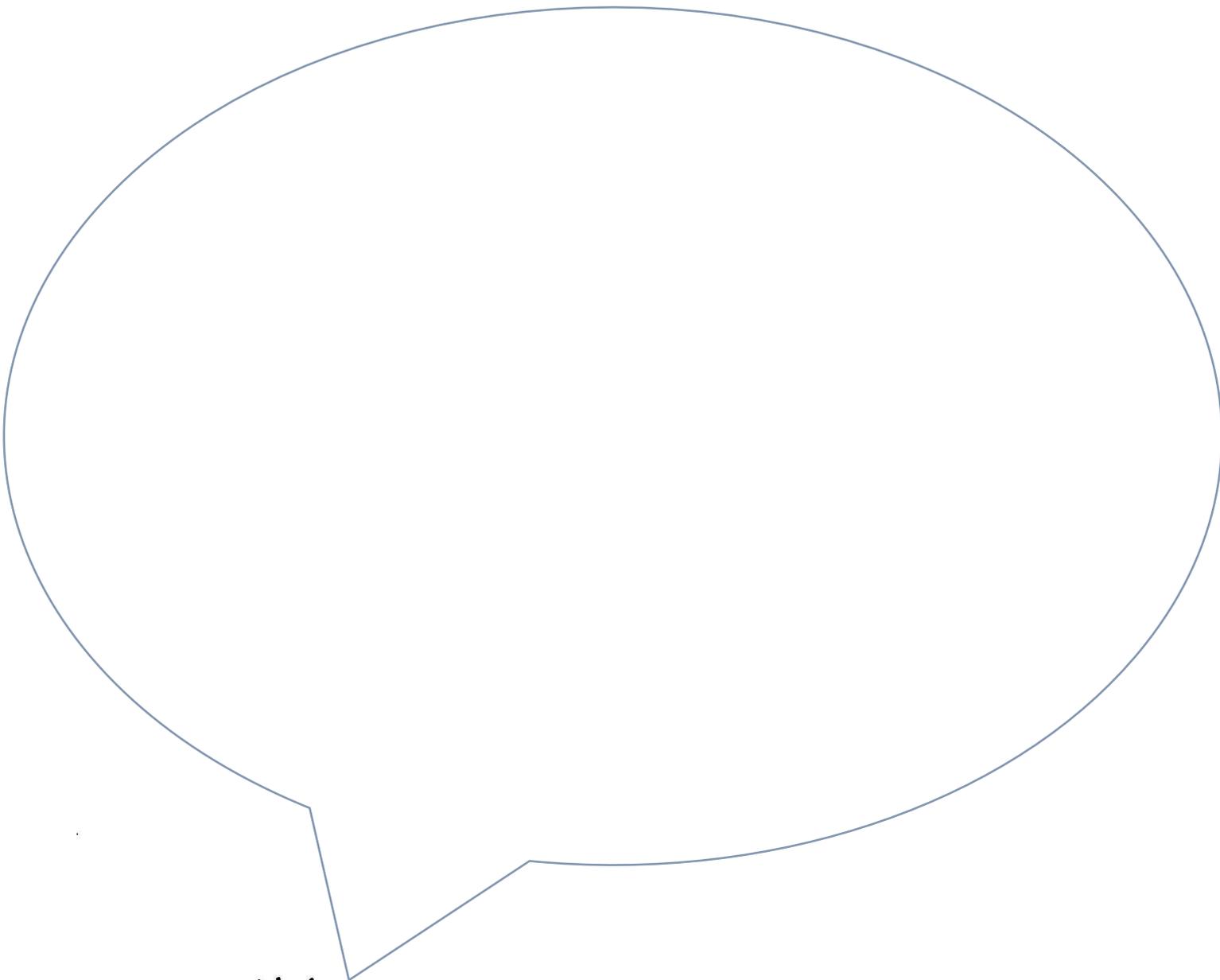
JE ME SERAIS BIEN PASSÉ
DE CE MASQUE ANTI-POLLUTION



Ce dont on se serait bien
passé à l'avenir



Ce dont on continue de rêver pour l'avenir (pour soi, nos proches, notre société)



J'Y VAIS!

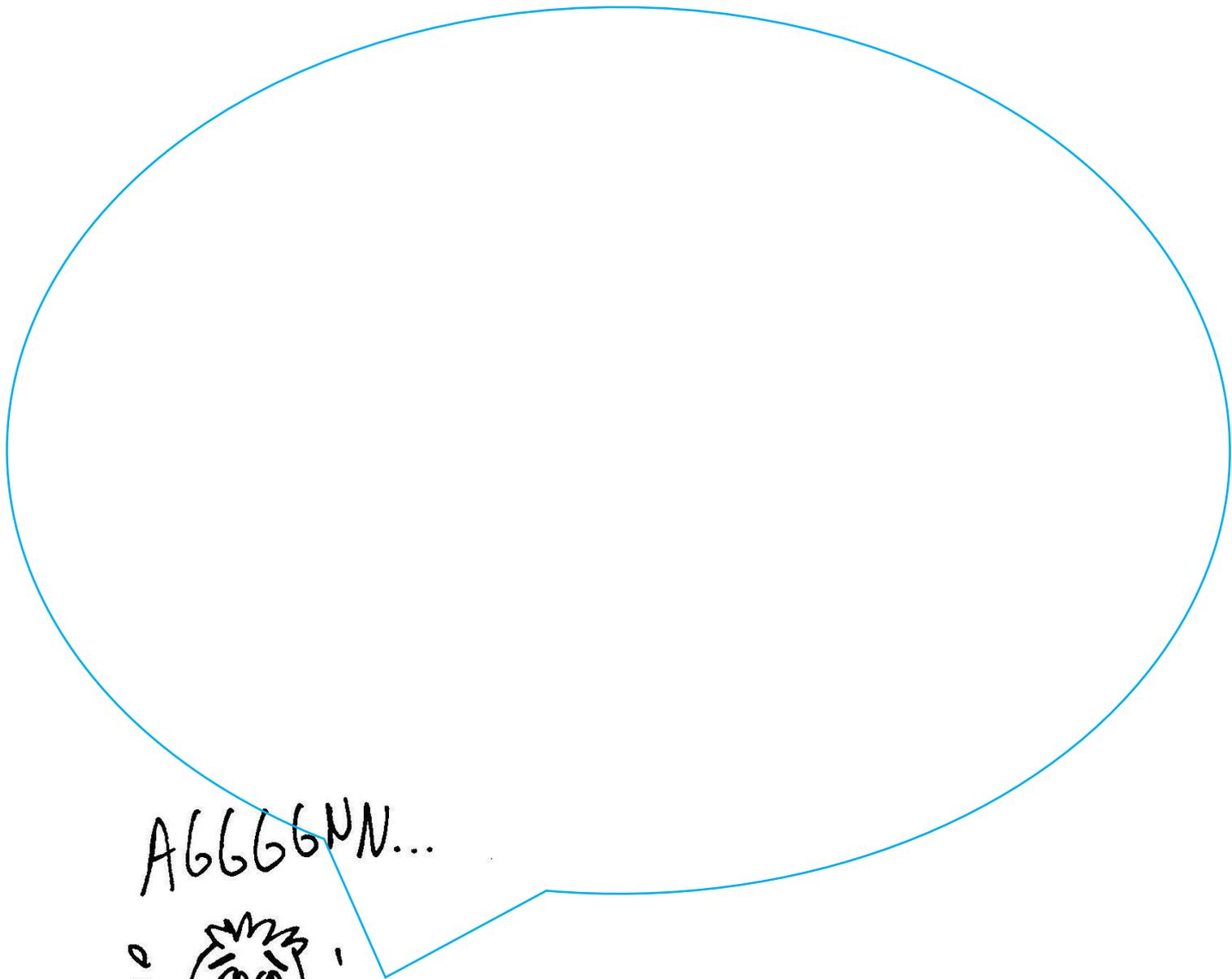


Ce que l'on se risquerait
presque à revendiquer (pour
soi, nos proches, les autres,
notre société)

SAURAI-JE
M'Y RETROUVER ?



Ce qui ne sera plus comme
avant (autour de soi)



AGGGNN...



Ce qui nous désespère ou nous
angoisse à l'idée que cela ne
changera pas (pour soi, nos proches,
les autres, notre société)

AA, LÀ, JE FRANCHIS
UNE BARRIÈRE!



Ce qui va vraiment changer
(en soi)

SEROLOGIE

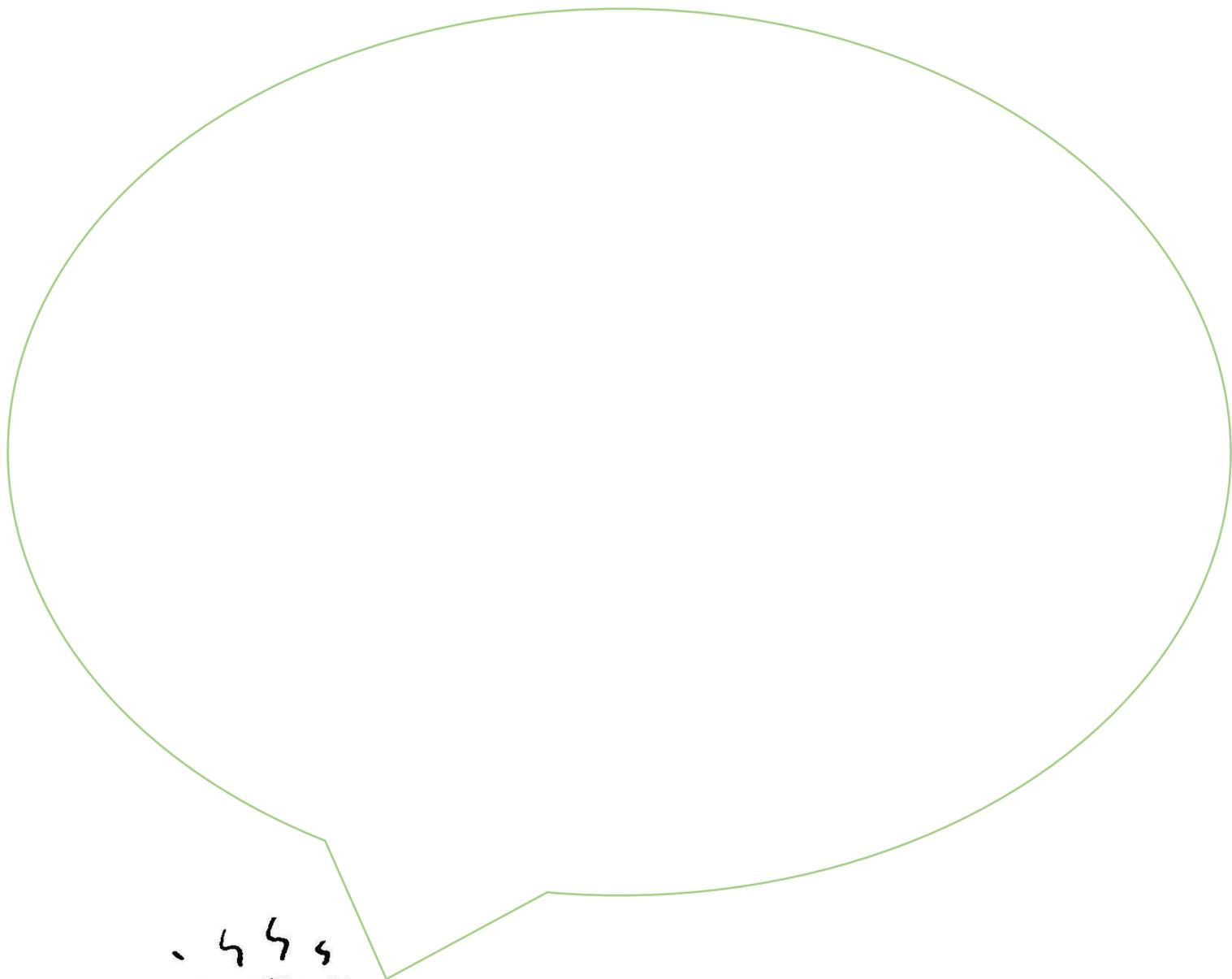
(détecter les anti-corps)



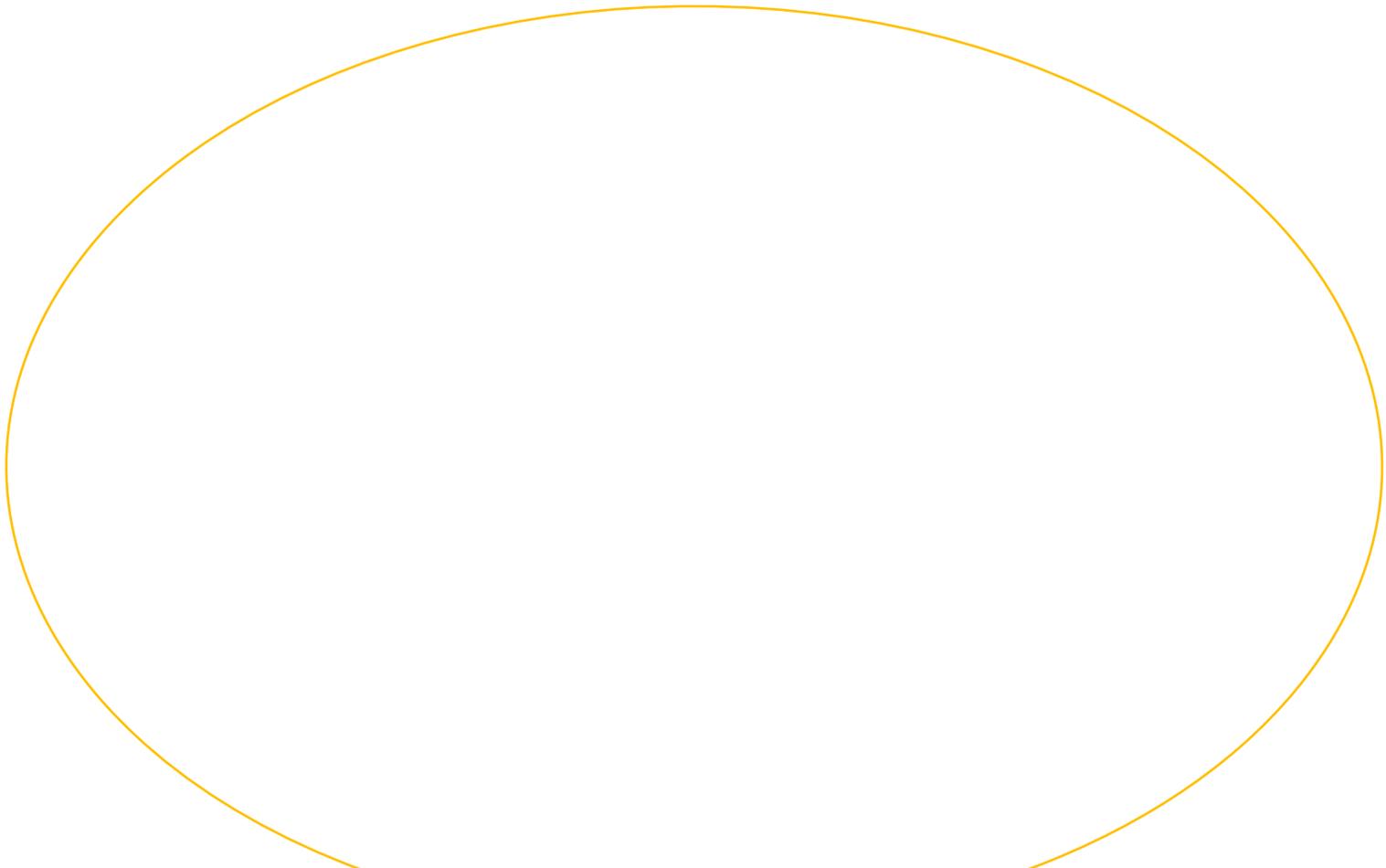
ÇA... C'EST FINI!



Ce qui ne va pas durer (en soi, autour de soi)



Ce qui va nous désespérer une fois de plus (de soi, des autres)

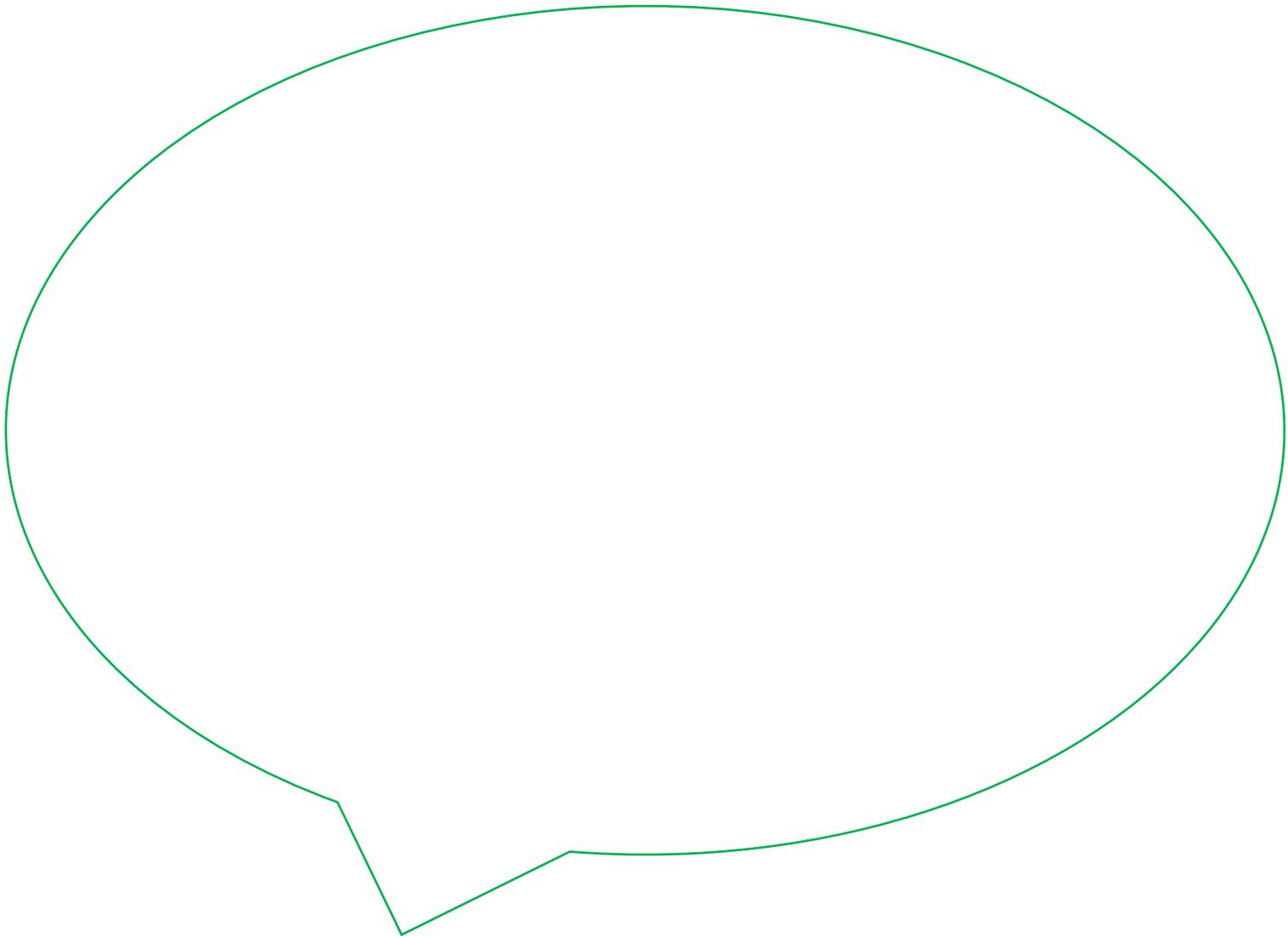


Ce qui va nous culpabiliser
le plus à l'avenir

IMMUNOLOGIE

(détecter ce qui concerne le système immunitaire)

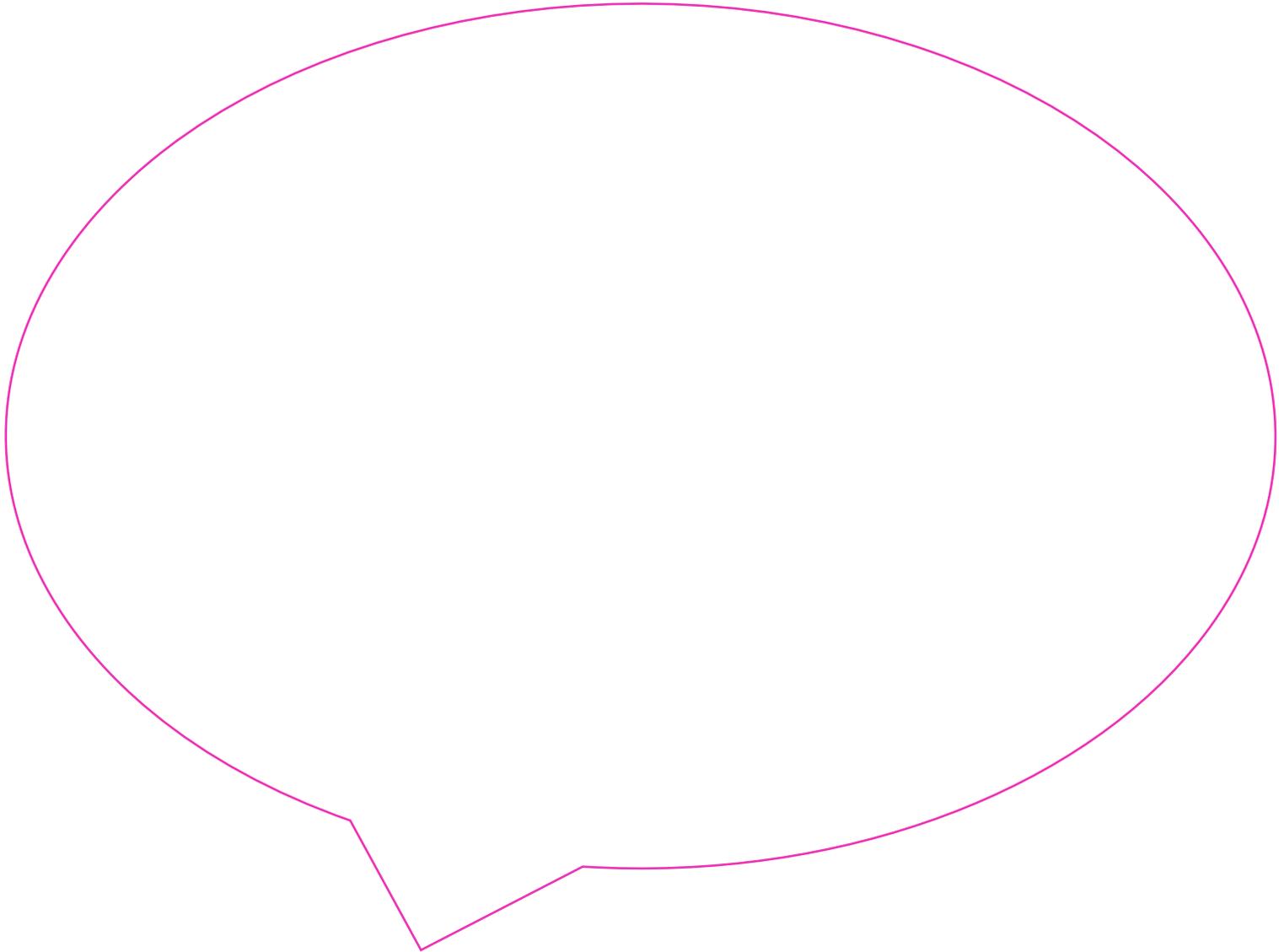




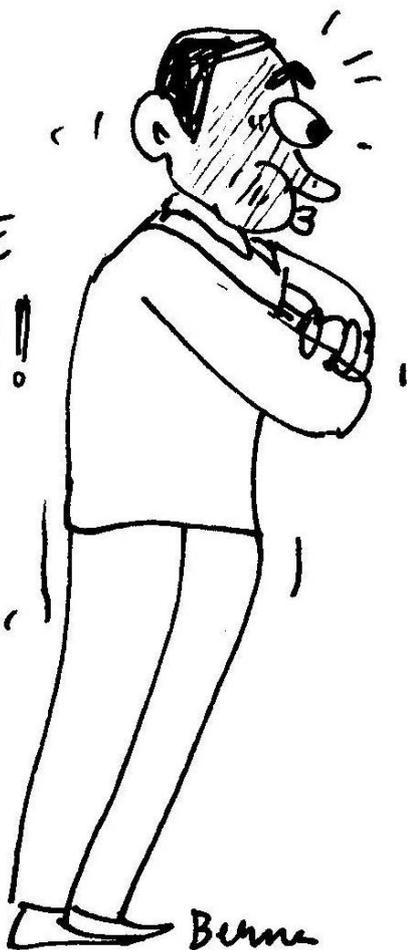
AH NON... JE NE PEUX PAS DIRE
QUE JE LAISSE PASSER...



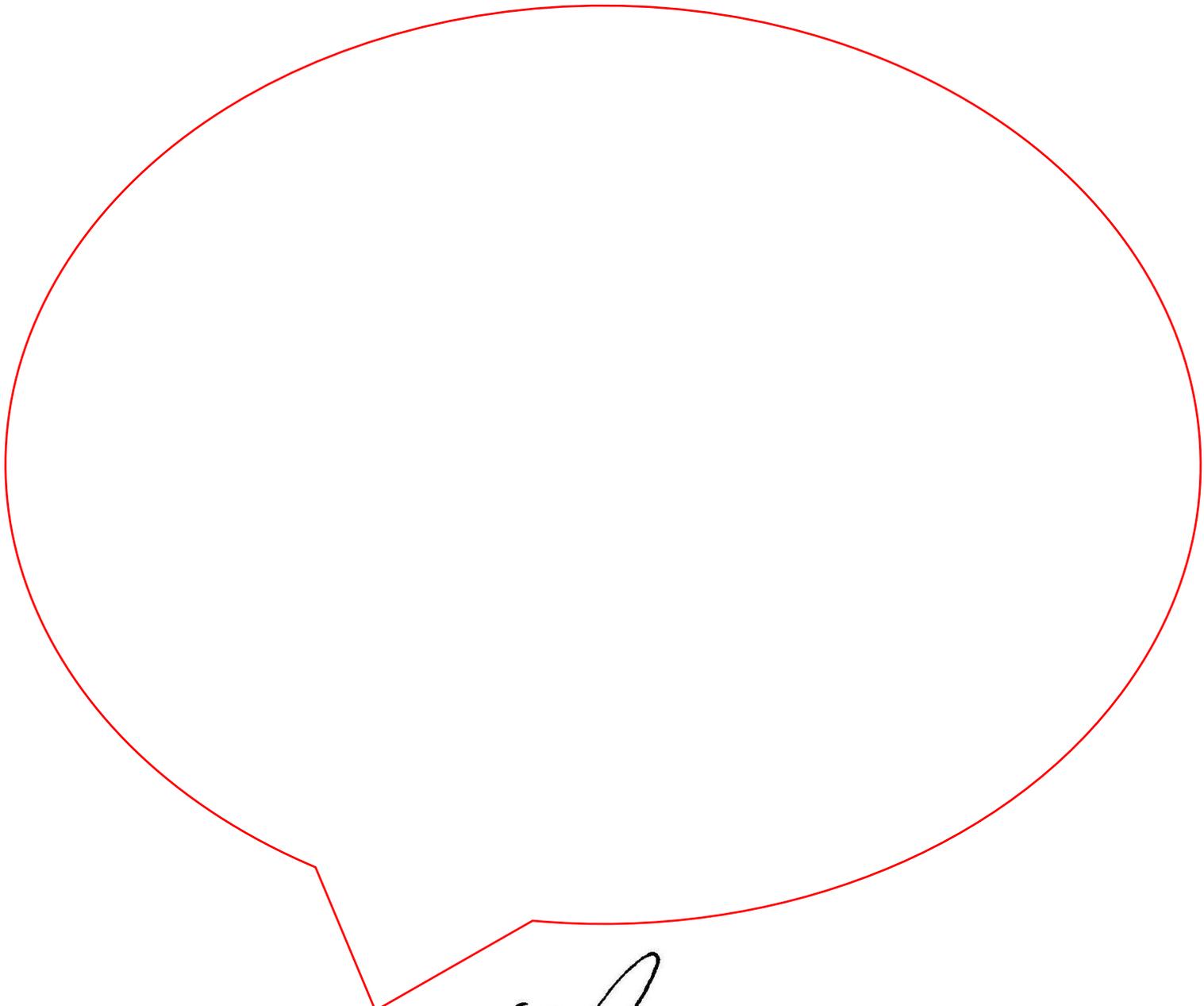
Ce que l'on ne va plus se
pardonner à bon compte
(à soi-même, aux autres)



JE NE
PEUX
PLUS ME
TAIRE!



Ce que l'on ne supportera
plus sans rien dire (de soi,
des autres)



Ce que l'on aurait
envie de dire ou
d'écrire au monde
qui nous entoure
avant que ce soit
notre tour



IL FAUT RÉAGIR !!

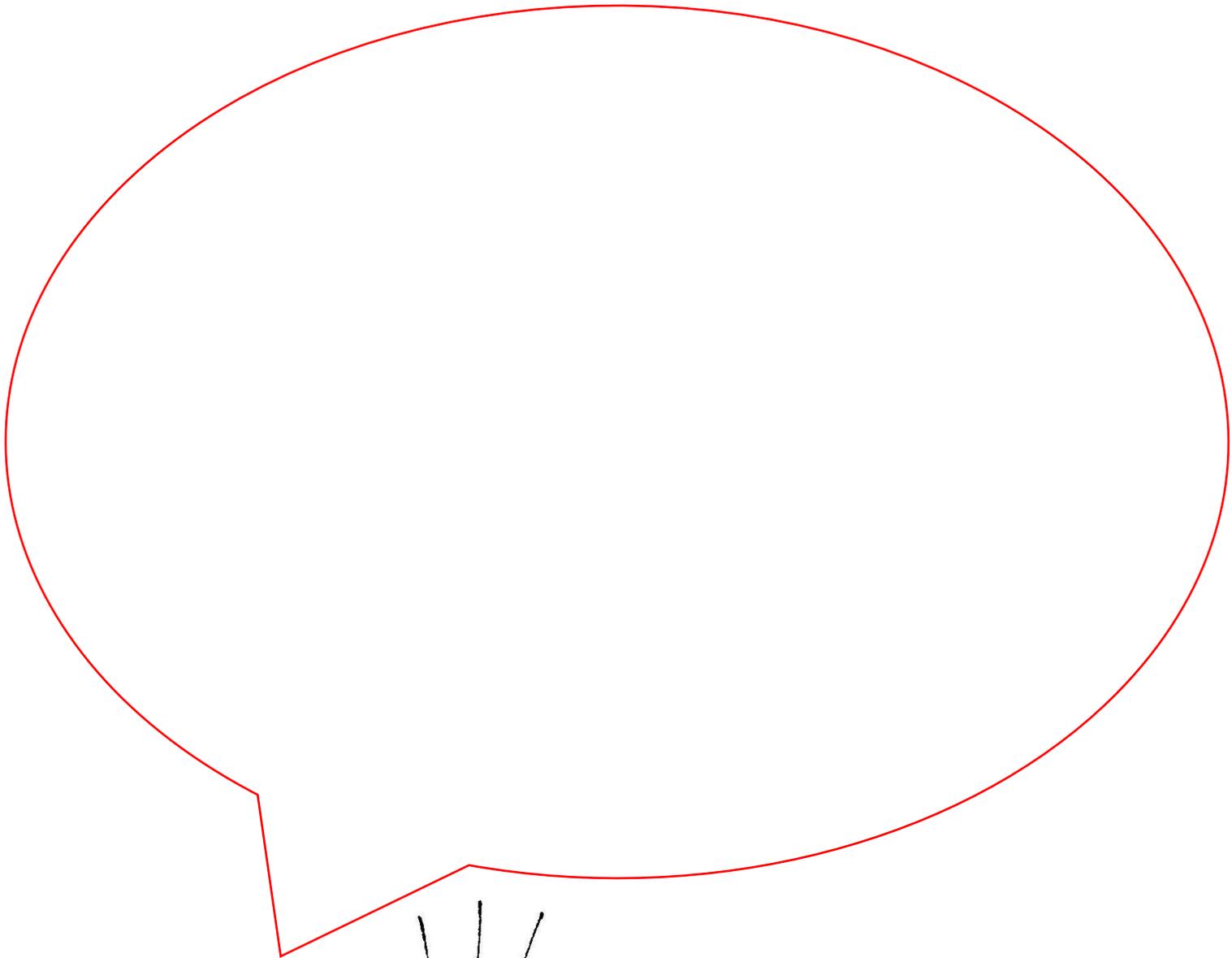


Ce que l'on ne laissera plus passer sans rien faire

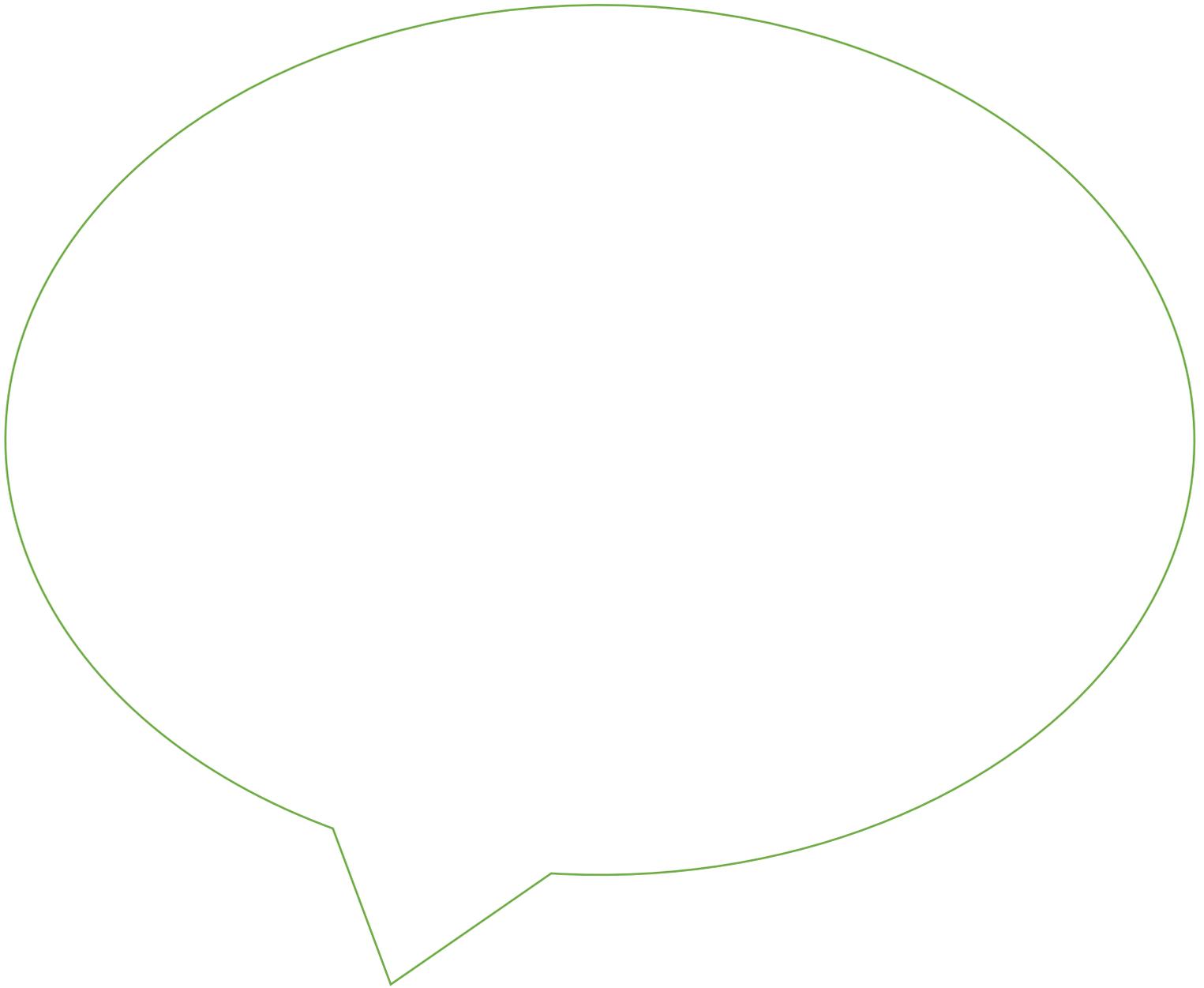
PROTOCOLLE

pour la mise en place d'une thérapie pour le corps et l'esprit

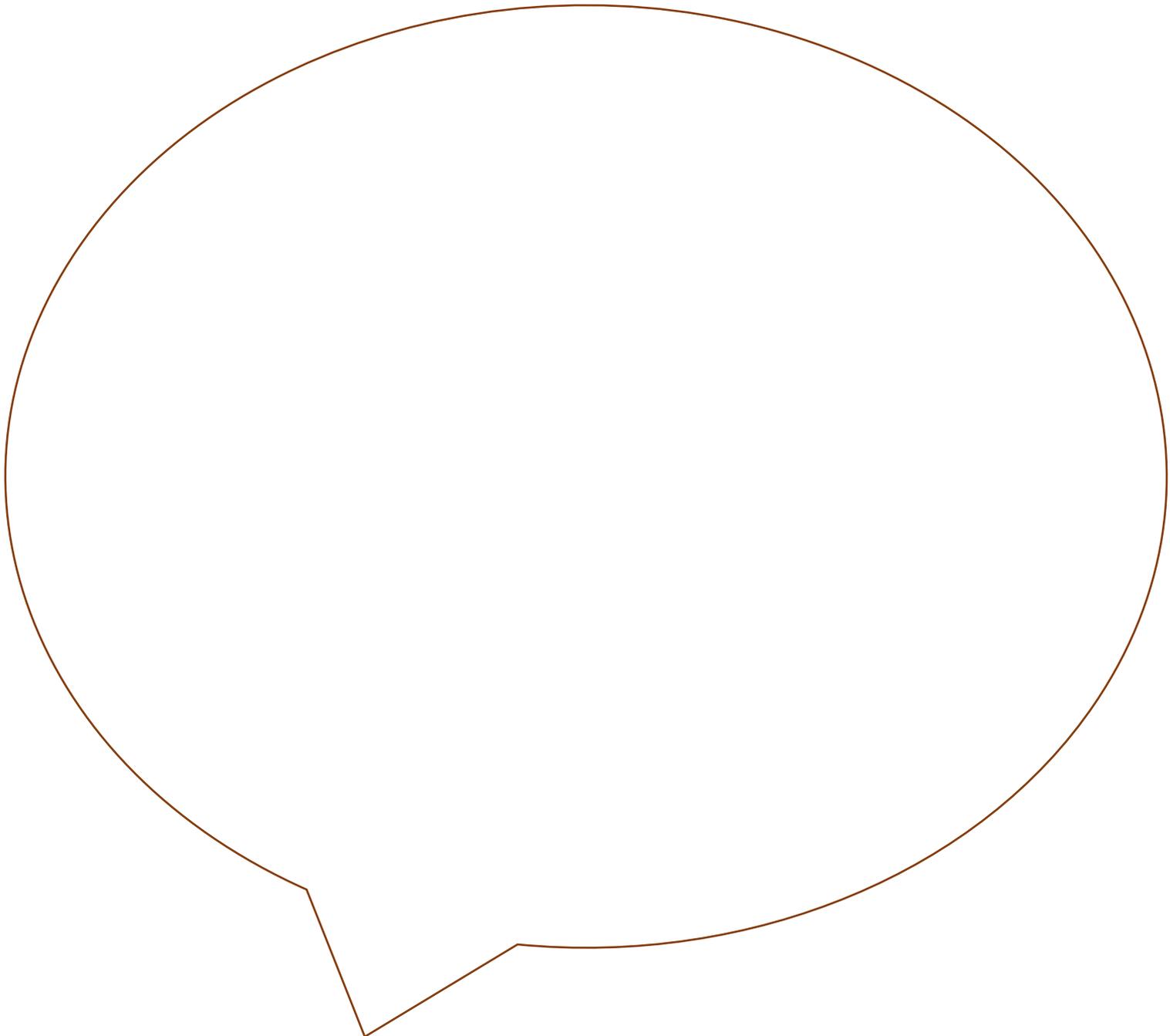




Qu'est-ce que j'aimerais injecter dans l'atmosphère?



Quelle empreinte (pas
carbone) j'aimerais laisser?



Un mot que j'aimerais
vraiment habiter et vivre
en vérité



**Quels moyens je vais me donner?
Aujourd'hui? Demain?**

Bravo!
Vous êtes arrivé-e
au bout de ce test...
Quel résultat ?
êtes-vous positif-ve ou négatif-ve
au PROCRASTINATUS?
Dans tous les cas,
réjouissez-vous,
le meilleur est à venir!
Et c'est...
AUJOURD'HUI!!



<https://www.bernalopez.org>