

# **Conférence de Thomas d'Ansembourg**

## **VIVRE AVEC NOS PEURS**

Qui peut dire « je connais bien mes peurs, je les rencontre, les interroge et les apprivoise régulièrement en sorte que je cohabite avec elles sans les nier, ni les fuir ! » ?

La peur est à mon sens le sentiment le plus répandu et cependant le moins connu et reconnu.

Nous avons peur d'avoir peur !

Or, la peur est mon chien de garde : elle me renseigne les dangers possibles. Si j'ai peur de mon chien de garde, je ne suis plus maître chez moi, de mon intérieur, de mon intériorité.