

Être et s'apparaître

ou l'art de s'incarner dans l'expérience de la vie.

Parcours d'art thérapie "Au Coeur du 9" à Dinan



* Des temps d'improvisation et d'expression ludiques et sensibles.



* Explorations par la peinture, le modelage de l'argile, la danse et le clown.



* Des temps d'échange et de verbalisation en groupe, éclairés par l'apport de la Gestalt Thérapie.

Dates :

13 et 14 Mars 2021 / 08 et 09 Mai / 29 et 30 Mai / du 12 au 14 juin 2021

Renseignements et inscription

lcvannier@gmail.com / 07 62 62 31 76 / www.coaching-therapie-gestalt.fr
art.yoga.semilla@gmail.com / 07 86 41 17 92 / yoga-semilla.fr

Être et s'apparaître

L'occasion pour explorer, en groupe, différents médiums artistiques et découvrir ce qui émerge de nous, entre nous, ou comment se laisser surprendre par la naissance de la forme de la matière et du corps en mouvement.

Découvrir, accueillir et fleurir

Ces week-ends de médiation artistique sont proposés comme une façon de mettre en forme et d'affirmer sa présence au monde, un chemin singulier pour découvrir sa propre créativité, faciliter le contact avec soi et l'environnement, reconnaître ce qui nous empêche d'exister et initier une transformation dans notre manière d'être au monde.

Inventer des possibilités de vie

Dans cette situation de crise sanitaire où l'humanité semble malade, où chacun.e d'entre nous peut être éprouvé.e par ce que nous sommes collectivement en train de vivre et si, comme le dit Canguilhem « *La guérison est une affaire d'invention de la nouvelle norme de vie à produire; elle est création.* », alors ce cycle est clairement une invitation pour libérer des possibles, ouvrir des horizons, inventer.

Ouvrir des interstices

"L'acte de création est un acte de différenciation, d'individuation dans un contexte. créer ouvre des interstices, ouvre des fissures dans un système ordonné et modélisé." J.M. Robine.

Nous tenterons ainsi le pas de côté, le jeu, l'expérience groupale, artistique, pour laisser "jaillir la lumière".

Vers une esthétique du contact

Du grec aestetikos qui veut dire "sensible, capable de sentir", nous essaierons de nous ouvrir à la perception, avec nos corps en mouvement et nos sens, pour nourrir la création de possibilités, c'est à dire d'une capacité à libérer des possibilités de vie.

"En acceptant de faire face à ce qui est, nous transformons et transcendons la situation et accédons à la vraie liberté, et pouvons ainsi imaginer vivre l'incertitude sans angoisse." Laura Perls

Nous nous inspirerons de la Gestalt thérapie dont la constituante esthétique ("l'art de penser en beauté" selon Baumgarten) invite à l'expérience des sens, à l'écoute de ses ressentis dans l'ici et maintenant, la prise de conscience par la corps, la mise en jeu, pour éclairer certains processus en cours.

S'affirmer, créer, cheminer ensemble

Ce cycle se composera de :

Temps d'improvisation et d'expression ludiques, créatives à travers le modelage de l'argile, la peinture, la danse, le clown. Chaque week-end sera consacré à l'exploration d'un médium.

-Temps d'échanges et de verbalisation en groupe.

"Au Coeur du 9" à Dinan

Ils seront coanimés par Diana Jaramillo, professeur de Kundalini Yoga, Shakti Danse et praticienne en médiation artistique par la gestalt & Thibault Vannier, psychopraticien et clown gestaltiste.

L'engagement est demandé sur les 4 week-ends. Date limite d'inscription : le 16 Février.

La participation demandée est de **90 euros par journée** de stage.