

LES 18, 19 ET 20 MAI 2024

VIE SUBTILE DE LA NATURE & EUTONIE

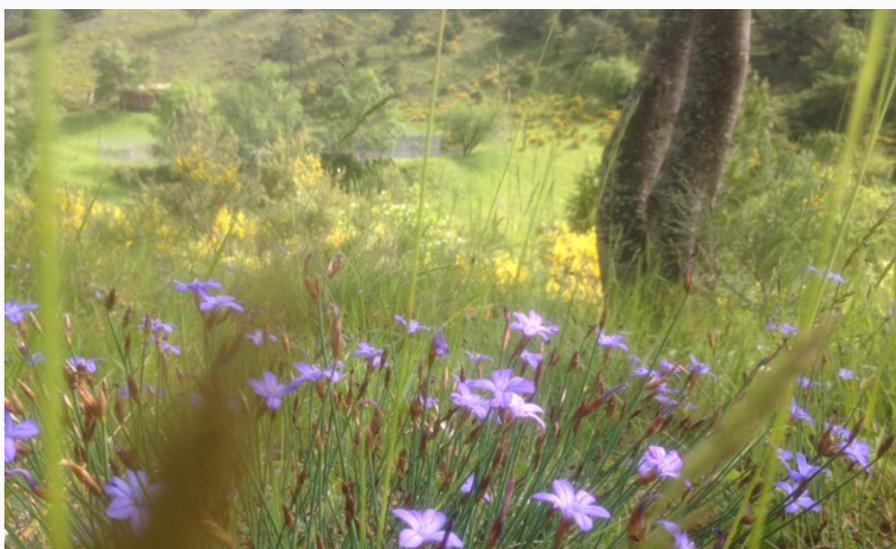
Dans la Drôme, en plein massif du Vercors, au Domaine de Capoue

AVEC SYLVIE HETZEL ET CLAUDE DIOLOGNET

Vivez une expérience très profonde et inoubliable en conjuguant l'Eutonie, une pratique visant à rendre plus conscient ce corps que nous avons et l'écoute subtile de la Nature, une rencontre entre notre intériorité et l'intériorité des arbres, des fleurs...

L'Eutonie redonne de l'espace dans notre corps, une qualité d'écoute et de silence qui prépare à poser un regard complètement neuf sur la forêt qui nous entoure. Percevoir la présence solide de notre squelette et s'en servir pour modifier l'intensité et la direction de l'énergie.

Percevoir la solidité d'un tronc, sa verticalité, percevoir comment sa présence modifie l'amplitude de ma respiration, la posture de mon dos.



Au programme

LES TROIS MATINÉES

seront consacrées à l'Eutonie en salle avec Claude Diolognet, professeur d'Eutonie Gerda Alexander

LES TROIS APRÈS-MIDI

seront consacrées à la découverte subtile de la Nature avec Sylvie Hetzel auteure du livre "Nature, Jardin d'Amour"

Une expérience inoubliable au coeur du vivant en soi et dans la nature



Deux approche pour un même dessein

APPRENDRE À LÂCHER POUR ACCUEILLIR

Vous comprendrez rapidement que découvrir la nature, c'est se révéler à soi-même. Vous serez conviés à une rencontre de « l'intérieur » avec les richesses de la forêt. Déposer nos fardeaux, lâcher nos résistances, apaiser notre coeur et nos pensées feront partie du parcours pour revenir dans la liberté et la disponibilité de l'enfant.

En affinant nos différents sens et en comprenant comment se pratique l'écoute par le coeur, vous découvrirez comment communier, communiquer, avec, comprendre la nature qui nous entoure.



La plupart du temps, nous habitons nos corps sans conscience, sans gratitude pour ce merveilleux instrument qui nous permet d'expérimenter la vie sur la planète Terre. L'Eutonie permet d'entretenir une relation d'amitié profonde avec ce corps, de lui rendre sa souplesse naturelle. Rien n'est figé dans ses espaces, notre corps est comme une terre qui demande à être aimée, amendée, arrosée par notre simple conscience.

“Il n'y a pas la vie des arbres, la vie des fleurs ou la vie des Hommes, il y a la Vie tout simplement...”

Le Domaine de Capoue de l'Escoulin

26400 EYGLUY ESCOULIN

Tarif du stage : 240 €, arrhes : 80 € à l'inscription

Horaires : du 18 mai à 9h jusqu'au 20 mai à 17h.

Repas : apportez de quoi faire des pique-niques pour les midis et pour les deux soirs du 18 et du 19, un repas à 20 € vous sera proosé.

Hébergement :

au Domaine de Capoue
Martine : 06 08 24 65 74

<http://www.domaine-capoue.com/fr/>
domainedecapoue@gmail.com

Renseignements et inscriptions :

Sylvie Hetzel – contact@selva-nature.fr
tel : 06 80 34 26 77

