

Travail au Champ d'Argile®

Laisser nos mains agir, guidées par la sensation du contact avec l'argile, sans attente d'un résultat particulier.

Pousser, presser, caresser, étirer, séparer, pétrir et extraire, prendre, réunir, façonner, unifier, ces gestes donnent forme à la matière. Les formes ainsi créées peuvent être transformées jusqu'à ce qu'elles correspondent à la nécessité et au mouvement intérieur de la personne concernée qui en est alors elle-même transformée.

Cette expérience nous recentre, nous permet de nous réajuster avec nous-mêmes sous l'impulsion de notre profondeur, nous reliant aux sources essentielles de la vie.

Le travail de groupe constitue un révélateur, un amplificateur et un soutien au développement relationnel, psychocorporel, créatif et spirituel de chacun. Il aide à mieux se comprendre et à évoluer vers une meilleure réalisation de soi, de "qui je suis" dans mon essence profonde.

Une pratique ponctuelle nous recentre et nous réharmonise.

Une pratique régulière amène un important travail de transformation de soi.

<https://adecap.eu>

Travail avec la boule d'Argile

Il s'agit de la même approche qu'avec le Champ d'argile®, chacun ayant dans ses mains une petite quantité d'argile. Après un temps de rencontre et d'apprivoisement avec l'argile, l'animateur invite à en faire une boule, puis à laisser faire les mains sous l'impulsion de la profondeur de l'être. C'est une approche sensorielle et haptique (sens du toucher). Mues par la nécessité intérieure, les mains transforment l'argile sans recherche d'un résultat particulier. L'important étant cette manifestation de la profondeur qui prend successivement forme à travers la malléabilité de l'argile, jusqu'à satiété. Puis chacun est invité à laisser une trace sur une feuille sous forme d'un dessin spontané, sans aucun esprit de jugement de valeur.

Personale Leib Thérapie

Dans la Leib, il ne s'agit pas de massage, mais de toucher et d'être touché consciemment et respectueusement, par-dessus les vêtements, dans une qualité de présence attentive et sensible. La personne qui reçoit se détend profondément, éprouvant un grand sentiment d'unité corps, cœur, esprit.

Karlfried Graff Dürckheim faisait la distinction entre "le corps que j'ai", et "le corps que je suis". Un corps habité et vivant. La réalisation de soi nous amenant à cheminer du corps que j'ai au corps que je suis, dans une réalisation de l'unité de l'être.

Les gestes sont simples, demandant à la personne qui les donne une qualité de présence à soi et à l'autre, sans nécessité de connaissance technique.

Benoît Saillau. <https://benoit.saillau.fr/>