



18 au 22
août 2019

Au Village du lac en Ardèche

Le Programme

Soyons le changement !

Dimanche **18** août 2019

17h-18h15 : Mot d'accueil et intro à la DMLV Armelle Six - Courte session : « Vous déposer »

Dans cette session, je vous inviterai à atterrir, et être juste là, exactement où vous êtes, comme vous êtes, avec tout ce qui vous habite ! Vivez la perfection du moment, de votre être tel que tout est ! Et goûtez au repos qui est quand rien n'est à changer.

18h15-19h30 : Dîner

20h-22h : Concert de Raphaël Bellamy : Pianiste et compositeur émérite, Raphaël nous fera l'honneur de sa présence pour un voyage sublime et poétique. Ecouter Raphaël c'est non seulement être touché en plein coeur, mais c'est aussi être invité à un retour à Soi, à ce que nous sommes de plus essentiel.

Lundi **19** août 2019

7h30-9h30 : Petit déjeuner

8h-8h30 : Be&Move avec Christine Laurent

9h30-11h : Session 1 :

- **Audrey Lutz** : « **A la rencontre de l'incroyable capacité d'auto-guérison du corps humain** » Chers « exploracorps » avez-vous déjà pris conscience de la merveille d'ingéniosité que vous habitez ? Avez-vous déjà pris conscience de l'incroyable capacité d'auto-guérison que recèle votre corps ? C'est cette incroyable expérience qu'il m'a été donnée de vivre et que je souhaite vous partager aujourd'hui. Alors partons ensemble à la rencontre des capacités insoupçonnées de notre meilleur allié...le corps ! Et relançons ensemble le mouvement naturel de la vie qui est en chacun.
- **Sophie Auber** : « **Oser être SOI** » Qui ne rencontre pas à un moment ou un autre la peur de grandir, d'évoluer, la peur de se révéler au monde dans son authenticité, d'exposer sa vulnérabilité, la peur de son humanité, de sa puissance, de sa joie, de sa créativité ? Cette session sera une invitation à se laisser danser, à trouver le chemin intérieur vers plus de grandeur, vers une expression plus grande de Soi. Venez oser vous révéler tel/le que vous êtes...

- **Charles-Henry Tallet** : « **S'abandonner à la présence** » Je danse, et je laisse mon corps vibrer de sensations, d'émotions au son de la musique. Peu à peu, un changement monte en moi, s'amplifie avec grâce, tendresse et puissance. Quelque chose lâche en moi et je deviens le mouvement... la danse, la joie d'être dansé(e). Rien à saisir, juste savourer la joie et goûter la présence d'être au monde...d'être le changement du monde.
- **Catherine Cacheux Esseiva** : « **L'opportunité derrière mes peurs** » Le changement peut faire peur parce que c'est un saut dans l'inconnu. À la fois, c'est ce que je veux et c'est ce qui me fait peur. À travers la DMLV, dans un cadre de bienveillance, celles-ci peuvent être traversées et m'amener encore plus de Vie.



11h-14h : **Déjeuner**



14h-15h30 : **Session 2** :

- **Armelle Six** : (Session parents-enfants) : « **Une vraie rencontre** » En tant que parent regardez-vous votre enfant comme une extension de vous ou comme un être à part entière ? Mettez-vous sur lui vos projections de ce que vous aimeriez qu'il soit ou vous le laissez être qui il est et le rencontrez ? Je vous propose de laissez tomber tous vos désirs pour un temps et de rencontrer l'être qui est face à vous...un moment de coeur...!
- **Clément Pauchard** : « **Le trésor que je cache** » En chacun et chacune sommeille un trésor. Comme dans les histoires, il est peut être dans une grotte, gardé par un crocodile. Mais en gardant, cachant ce qui brille et pétille naturellement en moi, je suis pauvre. L'invitation est d'oser être riche du fabuleux trésor trop longtemps laissé dans un coffre. Peut être que ce trésor, c'est moi et qu'il ne s'agit pas tant de l'offrir au monde, mais de l'être, de le laisser briller, de me plonger dedans.
- **Ludivine Garreau** : « **La voix du cœur** » Et si vous aviez une baguette magique et précieuse entre les mains, qu'en feriez vous? Que vous chuchoterait, chanterait, inviterait à faire cette petite voix en vous? A travers la danse, le chant...venez explorer, se laisser se déployer vos rêves et aspirations, guidé par le mouvement de la vie en vous.
- **Christiane Jouve** : « **Le renouveau et le vivifiant en soi** » Oser la rencontre du renouveau et de la vie en vous, vous laisser traverser et œuvrer de l'intérieur dans son infiniment petit et son infiniment grand

16h-17h30 : **Session 3** :

- **Sophie Auber** : « **Mon corps; mon ami, mon refuge, mon maître...** » J'ai réalisé récemment combien mon corps m'a permis et aidé à traverser des moments douloureux, des passages à vide, des périodes difficiles, combien il m'a enseigné et appris de la Vie, combien il a été un compagnon de route indispensable et combien j'ai été perdue et sans repère quand je l'ai oublié! Dans cette session vous irez à la rencontre de votre corps pour le saluer, l'honorer, le remercier et le laisser vous révéler la place qu'il occupe vraiment dans votre vie !
- **Marie Clavel** : (« **Jeunes** » et « **Ados** ») « **J'irai au bout de mes rêves !** » Durant mon adolescence, j'ai manqué de soutien pour croire en mes rêves. Chaque fois que j'en parlais, on me renvoyait que j'étais utopiste, irréaliste. Pourtant, abandonner ce qui nous fait vibrer est le meilleur moyen de déprimer ! Cette session sera l'occasion de légitimer vos projets, d'oser être ambitieux, et d'assumer les rêves que vous portez, qui n'attendent plus que vous pour se réaliser !!

- **Joseline Montaignu-Lancelin** : « **Gratitude envers Soi** » Dans cette session je vous invite à vous remercier d'être qui vous êtes, épousant toutes les parties de votre personnalité, qu'elles vous semblent sombres ou lumineuses. Vous êtes ce terreau si riche de ce Tout. Remerciez-vous d'être là, en cet instant dans cette danse et laissez votre corps exprimer à sa façon ce Merci.
- **Sabine Dufлот** : « **Accueillir ce qui est là** » Je vous propose dans cette session de lâcher toutes les représentations de celle ou celui que vous rêvez d'être..... Le joyeux ; La gentille ; le cohérent, La sportive, l'altruiste etc.... Afin d'accueillir dans la douceur et la bienveillance les sentiments, les pensées, les émotions qui sont là , sans jugement de valeur, lâcher l'idée de vouloir être autre chose que ce qui EST dans le moment présent.



18h-19h30 : **Dîner**

20h-22h : **Concert de Chloé Monin** : Chloé Monin consacre sa vie à la musique, la danse et à ce qui la fait vibrer. Ces créations sont une caresse pour le cœur et l'âme. Et partager est tout ce qui remplit son cœur. Chanteuse du Duo Scotch&Sofa et du projet Wonderfool elle aime aussi offrir sa voix et sa passion en solo.

Mardi **20** août 2019

7h30-9h30 : **Petit déjeuner**



8h-8h30 : **Be&Move avec Joseline Montaignu-Lancelin**

9h30-11h : **Session 1** :

- **Sophie Auber** : (Session parents-enfants) : « **Un collage pour incarner mes rêves** » Réalisation d'un collage (max 20/30mns pour le collage puis on le danse) Pendant cette session je vous proposerai de réaliser un collage (dans un temps limité) pour déposer vos rêves et vos aspirations profondes puis vous les danserez pour les incarner pleinement !
- **Audrey Lutz** : « **Mon corps, mon meilleur allié !** » Ce corps qui se transforme à vitesse grand «V» et que je redécouvre jour après jour comment l'appivoiser ? Comment aller à sa rencontre et l'accepter tel qu'il est ? Car ce corps a une sagesse innée, une sagesse que je peux écouter et qui va me permettre de mieux le rencontrer. C'est au cœur d'une infinie douceur et bienveillance pour lui que nous pourrons en faire notre meilleur allié. Alors êtes-vous prêts à faire équipe pour un partenariat qui durera toute une vie ?
- **Catherine Cacheux Esseiva** : « **Des racines et des ailes** » S'ancrer dans la Présence est essentiel pour s'aligner en soi et déployer ses ailes. Et la DMLV est un merveilleux processus pour y parvenir.
- **Charles-Henry Tallet** : « **Oser intensément et pas seulement essayer** » Je me sens rempli d'une excitation, d'un enthousiasme pour la vie lorsque je prends le risque d'OSER prendre la décision qui est importante pour moi. OSONS avec intensité durant cette session, ressentir chaque mouvement de la danse de la vie allumer toutes les cellules de notre corps pour changer et nous révéler tellement plus que ce nous croyons être.



11h-14h : Déjeuner

14h-15h30: Session 2 :

- **Christiane Jouve** : « Être dans le monde à partir de son propre mouvement à soi » Quel est votre mouvement intérieur, qui est il ? Quel est son intime ? Son rythme, son parfum, ses saveurs, son goût... ? Danser sa rencontre et l'offrir au monde
- **Ludivine Garreau** : (« Jeunes » et « Ados ») : « Mon corps et ses trésors » Tu te sens un peu mal à l'aise dans ton corps, un peu dépassé/e par les changements, en perte de repères... plus qu'un pas de danse, je t'invite à venir faire un pas vers ton corps, l'accueillir tel qu'il est, le laisser déployer sa force et sa beauté, avec douceur et bienveillance.
- **Christine Laurent** : « Ne soyons pas trop sérieux ! » C'est une invitation à se laisser aller, à lâcher-prise, à sortir de sa tête pour danser et libérer les blocages et tensions accumulées. Laissons circuler l'énergie, la vie, le feu en nous !
- **Joseline Montaignu-Lancelin** : « S'accueillir pleinement » Accueillir pleinement l'être Amour que nous sommes. Nous avons parcouru les méandres de notre vie, nous avons erré ou chercher cet être profond. Et s'il était là tout simplement, patient et confiant que nous le reconnaissons vraiment ! Dans cette session, je vous invite à vous abandonner à l'écoute de l'être divin qui vous habite et à lui dédier ce temps précieux pour rester avec Lui.

16h-17h30 : Session 3 :

- **Armelle Six** : « Oser vivre ! » Avez-vous déjà remarqué que vous aviez des limites à la joie, au bonheur, à l'abondance, à être en vie même ? Très souvent l'éducation reçue dans l'enfance a été empreinte de sacrifice, se faire petit pour ne pas faire d'ombre, de fausse humilité, de choix de pauvreté etc... Il est temps aujourd'hui de lever les voiles sur ces conditionnements et limitations. Aujourd'hui, il est temps pour chacun de briller. C'est pour cela que vous êtes venus au monde, entrez dans la grande danse de la VIE !



18h-19h : Dîner

20h-22h : **Spectacle humoristique de Benjamin Neyrial** (Ginette pour les intimes) : Chamane quantique oui mais pas que ! Ginette est également medium, astrologue, conseillère en reconversion spirituelle et bien plus encore. La rencontrer peut changer une vie, surtout si le hasard vous désigne parmi les chanceux qui la rejoindront sur scène pour un de ces fameux rituels de guérison (dont elle seule a le secret).

Mercredi **21** août 2019

7h30-9h30 : **Petit déjeuner**



8h-8h30 : **Be&Move avec Armelle Six**

9h30-11h : **Session 1 :**

- **Audrey Lutz : (Session parents-enfants) : « Un bain de présence pour une relation de confiance »**
Quand votre enfant est agité, éparpillé, vous ne savez pas toujours comment faire pour le rencontrer ? Et si la présence était la solution à toutes vos questions ? Et si le simple fait d'être présent lui offrait l'opportunité d'être rencontré là où il est et vous permettez de grandir ensemble ? C'est ce que je vous propose d'aller expérimenter en famille au cours de cette session.
- **Ludivine Garreau : « Faire le vide pour le plein de Soi »** Trop souvent, j'ai donné raison aux histoires, croyances...qui se racontaient en moi. En les laissant tomber, juste passer, une grande force, beauté, lumière, sensualité...jaillissaient en moi. Et si nous changions de paire de lunettes pour voir et laisser place à toute la puissance et abondance en nous... C'est ce à quoi je vous invite pour ce voyage... Prêt à vivre pleinement cette belle aventure ?
- **Christiane Jouve : « A la rencontre de mon Essence »** Aller danser ma propre Essence, sa couleur, ses nuances ... ma tonalité ...accueillir toutes les diversités qui se font connaître et se révèlent à moi. Oser la douceur et l'amour de cette rencontre dans la joie !
- **Sabine Dufлот : « A la rencontre de l'enfant intérieur : Qui suis-je ? »** Mon métier, mes pensées, mes émotions, mes sentiments ? Je vous propose de rentrer en présence de la vibration intime qui est en chacun de vous, souvent appelée « l'enfant intérieur » Demandez à la vie qu'elle vous donne son mouvement, afin de le reconnaître, l'embrasser , lui permettre de se déployer, de danser avec l'adulte que vous êtes devenu



11h-14h : **Déjeuner**

14h-15h30 : **Session 2 :**

- **Sophie Auber : (Session parents-enfants) : « Une connexion de coeur à coeur avec mon enfant »**
Dans cette session j'ai envie de partager avec vous la magie qui opère entre mon enfant et moi quand je me mets dans le coeur et dans la présence. Je ne cesse d'être émerveillée par la puissance de cette posture intérieure. Je vous invite à venir explorez cette connexion de coeur à coeur avec votre enfant!
- **Clément Pauchard : « Ode à la nature sauvage »** Dans un monde où la destruction de la nature est grande, où la désertification s'étant, où les champs de soja et de palmiers à huile remplace la forêt primaire, Je vous invite à être cette terre sur laquelle les fleurs sauvages s'épanouissent. Et à rendre grâce à la beauté et la poésie indomptée qui nous entoure. Peut être pleurer ce qui s'en va mais aussi accueillir ce qui peut naître. Sous le désertes graines attendent patiemment. Serions-nous ceux que nous attendions ?
- **Joseline Montaigu-Lancelin : « Libérer le flux de vie présent en Soi »** Je sens ce flux de vie qui bouillonne dans mes profondeurs intimes. Et pourtant je ne le laisse pas s'exprimer. Profitons de cette session pour lui offrir l'espace dont il a besoin. Je vous invite à rencontrer ce flux joyeux,

à l'accueillir en confiance, avec reconnaissance, à le laisser être pleinement, libre de toutes pensées, de toutes pudeurs, de toutes peurs... Vous avez le droit d'Exister de tout votre Etre !

- **Charles-Henry Tallet** : « **Le premier homme** » Je me réjouis de danser avec vous le premier homme que nous sommes tous ensemble. Osons laisser surgir et prendre soin de la magnifique puissance féminine de notre masculin, qui sous la pression éducative et sociale nous en a exilé peu à peu et nous a fait oublier la splendide innocence organique de l'enfant rêveur, vulnérable, sensible et plein de joie qui vit en nous.

16h-17h30 : **Session 3** :

- **Christine Laurent** : (Session parents-enfants) : « **Soyons présents à nos enfants** » C'est une invitation à prendre le temps d'être pleinement présent à vos enfants durant cette session. Une opportunité de voir que quand nous sommes présents à eux, nous sommes présents à nous-même en même temps... pour la plus grande joie de tous!
- **Audrey Lutz** : « **La puissance de la douceur** » Si je n'avais à retenir qu'une seule leçon de cette mort-renaissance, ce serait que la vie peut être vécue dans une infinie douceur. Nulle besoin d'avoir mal ou d'aller vite pour grandir. La vie se déploie et oeuvre à travers nous à chaque instant sans que nous ayons à faire quoique ce soit. Alors fini les kamikazes de la rencontre de soi, je vous propose d'en faire moins pour laisser place à la vie ! Et en avant pour une vie fun et légère !
- **Marie Clavel** : « **Suivre l'Appel de la Vie** » Il y a un an, j'ai promis à la Vie que je suivrais l'Appel de mon cœur, 'où qu'il me mène, quoi qu'il m'en coûte'. Depuis, mon existence a pris un tournant. Voici donc mon défi : êtes-vous prêts à sortir des compromis et des travestissements, pour vivre une vie qui vous ressemble à 100% ? A mettre en cohérence ce que vous faites et qui vous êtes réellement ? A cesser de rêver votre vie, pour VIVRE vos rêves les plus profonds ? Alors, allons-y !!
- **Catherine Cacheux Esseiva** : « **Le changement dans le non changement** » En voulant le changement, je refuse «ce qui est». Et le paradoxe, c'est être dans l'ouverture à «ce qui est» qui amène un espace pour le changement, en laissant l'intelligence de la Vie opérer.

18h-19h30 : **Dîner**

20h-22h : **Conférence et Session de DMLV d'Armelle Six : Soyons le changement**

Dans cette session, je vous invite à vous connecter au monde dans lequel vous aimeriez vivre, à ce que vous ressentiriez si vous viviez dans un tel monde, à ce qui serait possible et à ce que ça créerait de différent. En le mettant en mouvement, il s'inscrit dans nos cellules et devient une nouvelle réalité. La vie n'a alors plus qu'à nous guider à agir pour qu'il devient notre réalité au quotidien. Et nous pouvons chacun faire cette différence en l'incarnant dans tout ce que nous faisons.

Jeudi 22 août 2019 'Bouquet final !'

7h30-9h30 : **Petit déjeuner**

8h-8h30 : **Be&Move avec Audrey Lutz**

9h30-11h : **Session 1 :**

- **Christine Laurent : (Pour les femmes) « Oh Pretty Women ! »** C'est une invitation à oser être pleinement soi en tant que femme ! Osons dévoiler notre beauté, notre sensibilité, notre sensualité et toutes les facettes de la femme que nous sommes !
- **Clément Pauchard : (Pour les hommes) : « Cet homme que je sens être au fond de moi. »** Une session pour homme, m'autoriser à être, à incarner à devenir l'homme que je sens être sans plus attendre l'autorisation d'une quelconque autorité, qu'elle soit parentale, sociétale ou spirituel-le. Peut être un passage vers ce changement, peut être devenir adulte et me donner l'autorité trop souvent laissée à l'extérieur.
- **Joseline Montaigu-Lancelin : « Oser gai-rire »** En 2007, mon corps me sommait de prendre soin de lui tellement je l'avais soumis dans mon métier d'agricultrice, dans l'évitement de ma féminité et dans le rôle de mère protectrice. J'ai failli mourir mais l'envie de vivre était plus forte, alors j'ai décidé d'embrasser la vie de tout mon être, et j'ai tout mis en œuvre pour gai-rire. Dans cette session, je vous invite à vous connecter à cet espace connu de votre être qui crie : « sauve-moi », « guéris-moi » !
- **Marie Clavel : « M'ouvrir au Plaisir »** Je mérite le bonheur. La richesse. La réussite. L'épanouissement... Et vous ? Quel est votre rapport au plaisir ? Cette session est une invitation à incarner pleinement votre corps, à libérer votre sensualité et à découvrir combien être vivant, c'est une expérience extatique. Plus que ça ! Jouissive et Orgasmique =D !!!

11h-14h : **Déjeuner**

14h-15h30 : **Session 2 :**

- **Armelle Six : « Une rencontre unique »** Femme, homme, quand les masques tombent et que la vraie rencontre se passe. Un moment que vous avez peut-être attendu toute votre vie !

16h-17h30 : Mot de départ d'Audrey Lutz - Courte session de DMLV : « Ils ne savaient pas que c'était impossible alors ils l'ont fait ! » Vous avez des rêves à n'en plus finir, mais vous ne savez pas par où commencer pour les marcher et les concrétiser ? Et si la danse du mouvement de la vie était l'impulsion pour les mettre en action ? Et si un pas de plus vers-vous même était le début d'une grande aventure ! Car vous êtes rois et reines en votre royaume et vous pouvez réaliser l'impossible. C'est en tout cas mon expérience et c'est ce que j'ai envie de vous partager. Alors prêts à embarquer pour une expérience extraordinaire au coeur de l'ordinaire ? Car tout est possible !!!



Contact



Secrétariat de l'École du Mouvement de la Vie

E-mail : dansedumouvementdelavie@gmail.com

www.ecoledumouvementdelavie.com

