

VIVRE VRAIMENT

Le futur n'est plus ce qu'il était

Exploration de la joie essentielle avec
Jean Bouchart d'Orval et Francesca Brugnoli



Deux oiseaux, compagnons unis, étreignent un même arbre; l'un des deux mange le fruit savoureux, l'autre, sans manger, regarde intensément.
R̥gVeda I, 164, 20

La naissance et la mort sont le début et la fin d'une suite de perceptions. L'enfermement imaginaire auquel nous tenons rend cela douloureux en nous faisant mener des vies anxieuses, parce que sans cesse tournées vers un futur. Nous rêvons d'un bonheur tributaire du temps et tout cela est malentendu et ajournements. La seule façon d'être heureux tout le temps, c'est d'être heureux hors du temps. C'est dans le pur Regard que luit la véritable intensité.

Week-end avec Jean et Francesca à Amiens et Lille

Entretiens libres avec Jean et exploration corporelle de la sensibilité avec Francesca. Si possible, apporter un tapis pour la pratique corporelle. Des vêtements confortables sont souhaitables. *Il n'est pas nécessaire de connaître le yoga pour se donner à l'exploration corporelle proposée.* Participation à la journée 60€. Ceux qui le souhaitent peuvent apporter des plats de leur choix pour manger sur place. **Places limitées, réservez le plus tôt possible.**

• **Le samedi 23 avril, 10h-17h** à l'Espace Danse Xavier Feret, 14 rue Jean Catelas, 80330 Cagny (Amiens).
Réservations : Philippe Buteux svatantrya@free.fr

• **Le dimanche 24 avril, 10h-17h** à l'Espace de la Myrte, rue Jean-Baptiste Dumas, 59160 Lomme (Lille).
L'entrée se situe au début de la rue J-B. Dumas, près de l'intersection de Victor Hugo. Il n'y a pas de numéro sur la porte rouge, c'est à côté du numéro 2. Coordonnées GPS 50°37'40''Nord 3°00'46''Est. Métro Canteleu ou Bois Blanc; bus ligne 10. Réservations: Marie Stoehr marie.stoehr@gmail.com
03.20.92.89.48 / 06.62.17.89.48



Après avoir œuvré en physique et en génie nucléaire, **Jean Bouchart d'Orval** a donné suite à son questionnement intense sur le réel en poursuivant une approche plus directe et méditative, ce qui l'a amené à vivre en Inde pendant plusieurs années. Depuis plus de vingt ans, il écrit des livres et propose des rencontres publiques qui sont autant d'invitations à une exploration fondée sur le pressentiment de la joie sans cause et son actualisation dans la vie. Jean ne se réclame d'aucune école, mais sa pensée est modulée par l'intuition de la non-dualité. Le regard honnête et persistant sur ce qui est là dans l'instant même se retrouve bientôt saisi par le vent de la silencieuse paix.

L'attention est la clé, une attention non directionnelle. Ces rencontres ne visent à convaincre personne ni à prouver quoi que ce soit, mais plutôt à vivre avec la fenêtre ouverte. Dans cette éclaircie, les énergies jusque-là gaspillées se libèrent : nous vivons alors avec passion, mais sans calculs inquiets.

Jean Bouchart d'Orval : www.jeanbouchartdorval.com



Francesca Brugnoli jouissait déjà d'une solide expérience de l'antique tradition de l'écoute corporelle quand elle fut foudroyée par le cœur de cet art en rencontrant Éric Baret. Après avoir suivi l'enseignement d'Aldo Rosacuta, un élève direct de Gérard Blitz et avoir reçu un diplôme après un cours de quatre ans, c'est au contact de la tradition du Cachemire, tel que transmise par Jean Klein puis Éric Baret, que le sens profond de l'exploration corporelle s'est révélé dans toute sa splendeur, en révélant des espaces illimités de liberté dans lesquelles la pratique (incluant la vie quotidienne elle-même) est l'art d'écouter, accueillir et célébrer la vie dans toutes ses expressions.

Francesca partage aujourd'hui l'art de l'approche corporelle de la sensibilité dans la région de Gênes. Mettant également à profit sa formation de professeur à l'école primaire, elle l'enseigne aussi aux enfants.

L'exploration corporelle libre de toute attente révèle les tensions dans ce que nous appelons le corps. Par la découverte du mouvement créatif accompli pour la joie, on prend conscience de la réactivité du corps/mental et des tensions ; ressenties dans un espace de disponibilité, celles-ci deviennent souffle et expansion joyeuse. *L'exploration corporelle en groupe offre la possibilité d'une écoute qui se redécouvre dans l'intimité et devient ardente célébration de la vie dans toutes ses formes.*

Francesca Brugnoli : <http://www.francescasilvia.com/>