

Samedi 9 novembre 2024
de 14h00 à 18h00,
à Bordeaux



« Corps conscient et incarnations »

Stage avec
Edouard STACKE

Du corps-outil à la maîtrise de soi du yogi indien ou du neurochirurgien, il y a un abîme de complexité et le champ des possibles est considérable. Chaque être humain va devoir progressivement découvrir son corps, étape par étape, se l'approprier, l'utiliser pour survivre, se défendre, affronter les obstacles. Soubassement de la personnalité, le corps est le support de l'identité. L'ancrage dans le schéma corporel est un élément fort d'une bonne image de soi.

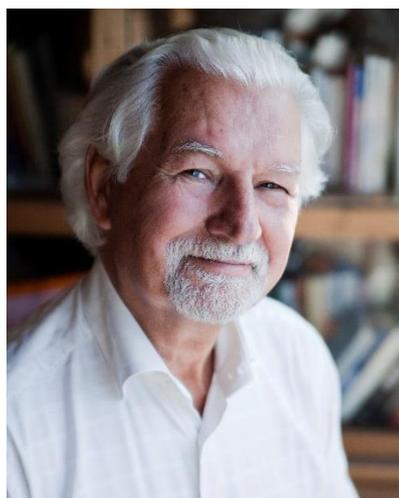
En effet, chaque être humain, à chaque génération, tout au long de l'histoire de l'humanité, à toutes les époques et en tous lieux, se trouve confronté à un dilemme : qu'est-ce que le corps ?

Nous disposons tous d'un corps, plus ou moins grand/petit/fort/faible, selon notre hérédité, à la naissance. Notre propos sera de décoder la manière dont chaque être humain l'explore et évolue avec lui, tout au long de sa propre vie, dans une dense intrication permanente du biologique et du culturel. A chaque époque, chaque famille et chaque groupe social porte une grille de lecture et de compréhension du corps à transmettre à chacun de ses membres, qui, peut varier énormément selon le mode de vie de l'époque et la sophistication de son développement. Il s'agit aussi, par l'analyse du non-verbal, d'identifier les traces de ces imprégnations et d'accéder à toutes les ressources potentielles ignorées.

Ce stage propose, au travers de l'exploration du schéma corporel et du mouvement conscient, d'expérimenter conscience de soi et enracinement, pour faire de son corps un allié fidèle, un « temple » pour célébrer la vie. Se réconcilier avec soi suppose d'habiter pleinement son corps, d'en percevoir les dimensions énergétiques, d'y accueillir sensations et émotions, de se situer dans le temps et dans l'espace, d'en maîtriser les trajectoires dans le mouvement, d'enrichir notre relation au corps pour l'intégrer dans une image de soi positive et une identité forte. Nous y incluons le travail sur le corps imaginaire et le corps rêvé, fantasmatique, et sa puissance de transformation. Nous nous appuyons sur l'imagerie mentale (visualisation), sur les modalités du souffle, ainsi que sur des exercices utilisés pour l'entraînement des artistes et des athlètes de haut niveau.

PUBLIC CONCERNE : ce stage s'adresse en priorité, aux enseignants, professionnels de la santé et de l'accompagnement, psychologues, thérapeutes, coachs, formateurs et spécialistes en Ressources Humaines, elle a pour but la transmission d'outils et de savoir-faire applicables dans l'accompagnement. Les participants acquerront une meilleure compréhension du travail avec les multiples dimensions du corps. **Limité à un maximum de 12 participants.**

ANIMATION :



Edouard STACKE, Consultant-Coach International, Psychosociologue, professionnel de la santé, Ancien Chargé de Cours des Universités (Paris V, Paris Dauphine, Montréal- Canada). Co-fondateur du réseau de coachs Tresser. Conférencier, ancien Directeur de la Collection Eveil aux Editions le Jour (Canada) ; celle-ci a publié « Psy-jeux » et « l'homme en devenir », de l'anthropologue Jean Houston. Auteur de « La liberté de s'accomplir » (Le Souffle d'Or, 2014); « Les vertus de la respiration » (Guy Trédaniel Editeur, 2013) ; « Coaching d'entreprise » (Editions 100 Ways, 2005). Il a formé de très nombreux professionnels de la santé aux thérapies psychocorporelles et des milliers de managers au leadership et au coaching de la performance collective, en Europe, Asie et Amérique du Nord. Président de l'A.P.R.E.S. (Association de Promotion de la Respirologie et de l'Education à la Santé).

MODALITES :

Date : samedi 09 novembre 2024, de 14h00 à 18h00

Lieu : Bordeaux, à la Maison Indigo. 28 rue Fieffe, a deux pas de la gare Saint-Jean

Tarif : 60 € par personne

Pour vous inscrire, adressez votre règlement par chèque à l'ordre d'Edouard STACKE et envoyez-le à Edouard STACKE - Bateau Le Flegmatique - face au 50 Quai Alphonse le Gallo - 92100 Boulogne-Billancourt.

CONTACT & INFORMATIONS :

Edouard STACKE : 06 80 42 11 49 - edouardstacke@yahoo.com