



**Méditation Pleine Présence®**  
**Écriture vivante**  
**Lecture performative**

Du 2 au 6 juillet 2025

## **DÉPLOYER LA BEAUTÉ AU RYTHME DU VIVANT**

**UNE PARENTHÈSE ESTIVALE EN EXPRESSIVITÉ DU SENSIBLE**

Didier Austry  
Delphine Gérard  
Ingrid André

**Une retraite idéale pour les personnes initiées  
ou formées aux pratiques du Sensible (MDB)**



**ENEZ VOUS RESSOURCER EN RÉSIDENCE AVEC LES PRATIQUES DE  
MÉDITATION PLEINE PRÉSENCE® , ÉCRITURE VIVANTE  
ET LECTURE PERFORMATIVE !**

Dans cette parenthèse estivale, nous vous invitons à une retraite immersive en douceur et en évolutivité. De quoi explorer le mouvement du connu vers l'inédit et déployer la beauté au rythme du vivant dans l'environnement naturel d'un éco-lieu autonome.

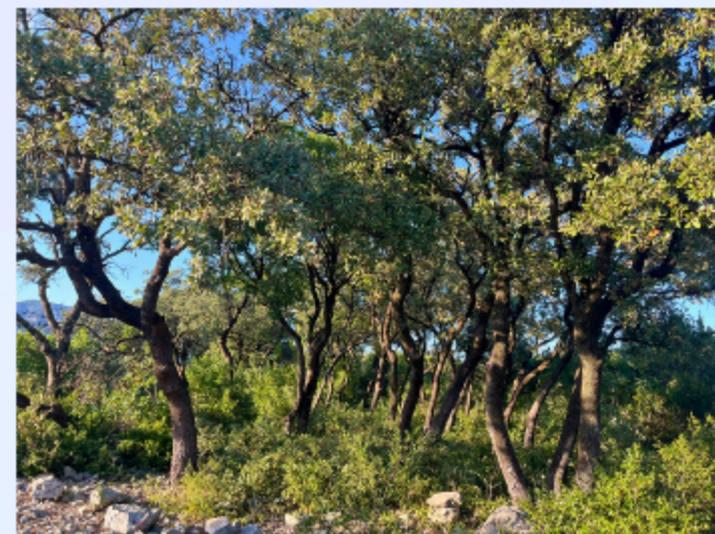
***De la présence à soi, de la profondeur de soi à son émergence dans l'écriture, de son ressenti aux mots, des mots à la page... de la page à la voix, du geste éprouvé à son inscription dans l'espace. De soi à l'autre, avec soi et l'autre.***

Toutes les pratiques sont issues des recherches de Danis Bois, fondateur de la fasciathérapie : Pédagogie Perceptive®, Méditation Pleine Présence® et Expressivité du Sensible.



**La retraite est enrichie par des promenades-dérives à travers les proches paysages du lieu, écrin de nature stimulant, interpellant et inspirant.**

**Avec curiosité et joie, la simplicité du geste artistique est apprivoisée dans ses traces par sa capacité à rendre visible l'impalpable et le Sensible.**



### **Didier Austray**

Méditation, écriture,  
PP & MAE



### **Delphine Gérard**

Ecriture, performance,  
PP & MAE

### **Ingrid André**

Danse, art visuel,  
PP & MAE

Horaires : du 2 juillet à 10h au 6 juillet à 13h



**[gite-montcalmes.fr](http://gite-montcalmes.fr)**

Coût de la retraite : 880 €

Pension complète en repas vivants

Hébergement en chambres partagées

Inclus tout le confort de l'écolieu dont la piscine

Tarif pour 4,5 jours complets de pratiques et matériel

Accueil au gîte la veille de la retraite possible sur demande

**Informations et inscriptions** par courriel à  
**[rythmeduvivant@gmail.com](mailto:rythmeduvivant@gmail.com)**

Tarif réduit : étudiant.es en formation MDB et adhérent.es au Collectif Expressivité

