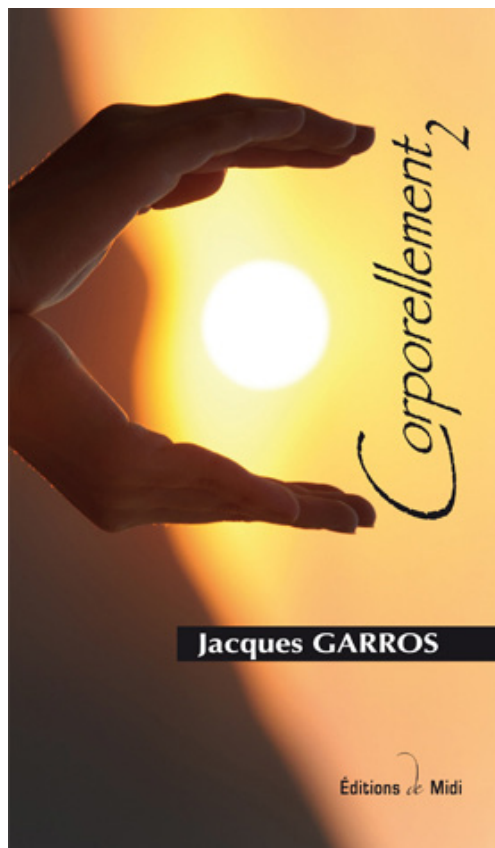


Corporellement₂

Un livre de Jacques GARROS



ISBN : 979-10-90138-10-0

228 pages

21 €

C'est une belle matinée d'automne, je suis assis dans un fauteuil, au soleil. L'air est léger, les bruits de la nature forment un fond sonore paisible, rassurant, un nuage atténué quelques instants la chaleur du soleil. Vivre ma vie, là, à l'instant, c'est être présent à ces sensations.

Des problèmes administratifs, financiers, des incertitudes me menacent à plus ou moins long terme, mais rien de tout cela n'est présent à l'instant, sinon par ma mémoire et mes pensées. Vraiment, là, rien ne m'empêche de goûter la vie qui s'écoule. Rien d'autre que moi.

Dans ce calme, je ne médite pas, je ne suis pas dans la contemplation. Ces mots méditation et contemplation n'induisent pas l'attitude d'éveil sensoriel que je ressens.

Ce n'est pas une action, c'est simple, c'est être. Je sens et je sens que je sens. Je ne médite pas, JE VIS.

L'auteur nous fournit dans ce second opus les lois qui régissent notre structure corporelle, un programme précis et concret pour travailler sur ce que nous sommes et pour le faire en éteignant dans notre cerveau l'esprit d'analyse, ce qui est déjà reposant.

Il ne parle pas seulement du corps et nous offre à comprendre comment la non-dualité nous donne accès à la dimension la plus spirituelle de notre être.

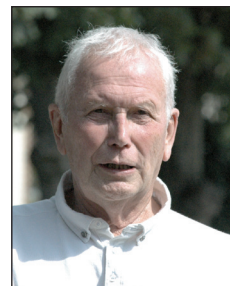
Ce livre ne nous parle pas d'une technique de sagesse, il nous parle de la vie.

L'auteur

Né à Bordeaux en 1935, Jacques Garros entreprendra des études de philosophie et de théologie avant de rencontrer Hilde Peerboom, initiatrice de la pédagogie du Travail Corporel. Psychomotricien, il sera son élève pendant 9 ans et consacra sa vie à la transmission.

En 1973, il s'associe à Jean Masse, disciple de Karin Waehner, dans le cadre du Centre Lafaurie Monbadon qui fonctionne à guichets fermés depuis près de 40 ans.

Toujours en activité, il poursuit sa réflexion, nourrie par la pratique du Travail Corporel et questionne en permanence la nature, le rôle et la responsabilité de l'homme dans l'histoire du Vivant. Il nous livre ici les clefs de son enseignement.



Disponible : au Centre Lafaurie : centrelafaurie@free.fr

Chez votre libraire - FNAC - fnac.com - Amazon (vendeur : passeur de lumière)

aux Éditions de Midi : editionsdemidi@free.fr

