

Movement of Life

La simplicité  
déconcertante de  
*Movement of Life* est  
sa Force. Il déshabille  
l'individu de tout son  
savoir et le rend à lui-  
même, celui qu'il a  
toujours été destiné à  
être !!

Armelle Six

# Formation Movement of Life<sup>©</sup>

Être au cœur de chaque mouvement  
créé par Armelle Six

titl



# Être au cœur de chaque mouvement

Être au cœur de soi. S'autoriser à être dans toutes ses dimensions, à être soi, pour soi, et pour le monde ! Si là était toute notre responsabilité?! Responsabilité désirée, offrande à la vie de qui nous sommes et à travers nous, offrir de la laisser s'exprimer. Si vous désirez vous réaliser, vous réaligner et contribuer à vivre dans le monde que vous souhaitez voir exister, bienvenue et merci à vous, pour vous et pour tous.

En choisissant l'absence de résistance à ce qui est, à chaque instant, se révèle votre Nature. Cesser de lutter et vous offrir la présence. La Vie se révèle dès lors. Instantanément vous vous sentez plus vivant. Les situations changent et/ou sont vécues avec plus de douceur, d'ouverture, de clarté, de sérénité, dans un calme profond et dense. C'est ici que se joue la vie, dans l'expérience, au cœur de sa symphonie, au cœur de son intégrité. La vie quotidienne est alors plus douce, inouïe de douceur, malgré les heurts et les tremblements, les peurs et les tourments possibles.

C'est la fluidité du mouvement, de la vie que vous vous apprêtez à expérimenter et à réaliser au sein de cette formation puis de votre quotidien, pour le transmettre ensuite à votre tour, mais aussi à retrouver toute l'innocence nécessaire à engendrer un autre monde pour le réaliser concrètement. Le futur, c'est maintenant.

Tout cela peut être encore conceptuel, mais c'est votre réalité qui va changer. Qu'est-ce que cela signifie dans votre corps, vos ressentis, votre énergie, votre psyché, vos choix, vos décisions dans votre vie ? C'est l'invitation de ce premier cycle de formation *Movement of Life*: Prendre un temps pour vous, le vivre à votre rythme, pour être de plus en plus à l'écoute du mouvement naturel qui vous habite, et vous réaligner à l'Être que vous êtes. Vous rencontrer, c'est vous sentir, vous percevoir pleinement, vivant, ancré, au delà de votre imagination et des représentations, libre, dans une toute autre perspective, vous permettant de faire des choix alignés et les pas nécessaires pour le changement et la réalisation de ce que vous souhaitez voir dans votre vie et dans le monde, là où cela fait sens pour vous. Retrouver l'extraordinaire dans l'ordinaire et simplement Vivre.

Ici, il n'est pas question d'une formation théorique ou conceptuelle mais bien d'une expérience directe et une invitation à écouter et suivre le mouvement naturel dans votre vie.

## Movement of Life, qu'est-ce que c'est ?

*Movement of Life* est une pratique d'éveil de conscience, un mouvement énergétique et somatique doux et puissant qui vous reconnecte à la force de Vie. C'est une expression du mouvement de la vie elle-même, toujours spontanée et différente. De par l'écoute profonde à laquelle cette approche invite, une régulation de tous les plans peut s'opérer. *Movement of Life* inclut le mouvement corporel mais n'est pas exclusivement cela. Sa pratique, l'écoute du mouvement naturel peut aussi se manifester par le non mouvement, le silence, à travers l'écoute pure et bien sûr au fil de votre quotidien. C'est une approche qui invite l'énergie à circuler à nouveau librement et nous réaligne avec l'Être que nous sommes.



Par l'écoute et le suivi du mouvement naturel que propose cette première année de formation, vous allez explorer et découvrir :

- Une nouvelle façon d'être au monde, un tout nouveau paradigme
- De nouvelles perspectives de vie tant d'un point de vue de la conscience que de l'expérience humaine
- Un champ des possibles élargi
  
- Une joie libre et profonde
- Toute votre innocence
- Qu'il existe une force qui sous-tend toute chose
  
- Une nouvelle manière de votre corps de vous guider, de bouger, desentir, de se mouvoir
- Vos véritables capacités d'accueil
- Un cadre et des limites justes, votre propre structure
- 
- De profondes libérations de blessures et de ressentis enfouis
- Une confiance solide en votre système
- Une nouvelle façon de vous aimer, et que votre présence suffit
- 
- Une nouvelle foi en la vie et en vous,
- Que vous pouvez vous faire confiance et vous suivre
- De nouvelles ressources déjà présentes
  
- Une nouvelle façon d'être en relation, plus sécurisée et intégrée
- Une nouvelle façon de prendre des décisions
- Une nouvelle façon d'écouter et de suivre la vie
  
  
- Un groupe et un espace soutenant, pour faciliter votre processus d'intégration
- Une connexion à vous, qui ouvre une connexion authentique aux autres, créant des liens profonds et nourrissants.

# Les modalités pratiques

## Cycle 1 : Découverte et pratique intensive de MoL,

**\*15 jours en présentiel :**

**Du 19 avril au 03 mai 2024**

*Ce cycle vous permet de découvrir et de vivre au plus près le mouvement naturel en soi. Il s'agit d'un cycle de découverte et d'approfondissement favorisant l'intégration d'une nouvelle perspective de vie, de présence et d'écoute. Vous pouvez vous y inscrire sans avoir pour finalité de suivre l'entièreté de la formation mais simplement pour votre épanouissement personnel\*\**

- *Il comprend en plus des jours en présentiel :*

**4 Rencontres en ligne par zoom (20h/21h30)** pour vous accompagner dans l'intégration de ce qui aura été vécu et en favoriser l'assimilation dans votre quotidien, vous soutenir au travers des questions et partages

Dates : mai /juin /juillet/août

**Une pratique hebdomadaire d'écoute pure**, en binôme dès le 1er cycle

**Un questionnaire d'auto évaluation** après l'intensif concernant votre vécu et vos prises de conscience ou interrogations

*\*\* Dans ce cas, seules les 2 premières rencontres en ligne sont incluses (mai et juin) et le tarif est différent – me contacter dans ce sens.*

# Cycle 2: Cycle professionnalisant destiné aux personnes souhaitant devenir facilitateurs / facilitatrices Movement of Life

**\*6 jours en présentiel :  
Du 17 au 22 septembre 2024**

et

**\* 4 jours de certification en présentiel :  
Avril 2025 ( dates à venir )**

+

**4 Rencontres en ligne** par zoom (20h/21h30) entre les intensifs pour vous accompagner dans l'intégration de ce qui aura été vécu et en favoriser l'intégration dans votre quotidien, vous soutenir au travers des questions, partages et de la pratique en mouvement.

Dates : octobre /novembre/ février/mars

## **2 Rdv individuels**

Dates à définir ensemble en janvier et mars 2025

**Une pratique hebdomadaire d'écoute pure**, en binôme qui se poursuit au cours du 2<sup>nd</sup> cycle

**Une pratique d'entraînement mensuel** en trinôme

**Un questionnaire d'auto évaluation** après l'intensif concernant votre vécu et vos prises de conscience ou interrogations

**Des outils pour favoriser la facilitation** et l'intégration de votre expérience en tant que facilitateur/facilitatrice

**Une formation sur le traumatisme** délivrée par une psychologue spécialisée

\*\*\*\*\*

Prix : 1755€ par cycle  
Acompte : 450€ + plusieurs formules au choix\*  
(\*cf fiche d'inscription)

\*\*\*\*\*

## Hébergement :

En mobil-home Panorama

Camping\*\*\*\*\* L'OCEAN & SPA  
50, route d'Ars

17670 La Couarde-sur-Mer – Ile de Ré

Hébergement non pris en compte dans le tarif de la formation indiqué ci dessus.

Restauration libre

\*\*\*\*\*

# Comment vous inscrire :

Envoyer un email à [contact.irradiance@gmail.com](mailto:contact.irradiance@gmail.com) avec une lettre (5 à 10 lignes maximum) sur ce qui vous appelle à participer à cette formation. Un entretien préalable en visio sera également nécessaire pour valider votre participation

Votre inscription sera prise en compte dès réception du dossier d'inscription, validation de l'entretien et paiement de l'acompte, par ordre d'arrivée. Places limitées.

Informations bancaires (par virement seul mode de paiement) :

**ASSOC. IRRADIANCE**  
**12 RUE DE LA MARQUISE DE BROU**  
**72000 LE MANS**

**IBAN FR76 1790 6001 1296 4236 8829 482**

**Code BIC (Bank identification code) - code SWIFT AGRIFRPP879**

Très heureuse de partager avec vous cette magnifique expérience!

**Elodie**

# Qui est votre formatrice ?



**Elodie** : Humaine avant tout et joueuse, je prie le salut de revenir et me voici ! Avec joie et simplicité, j'aime être aux cotés de ceux qui le souhaitent. La vie, dans sa grande générosité, m'a invitée à parcourir différents sentiers, semblant plus ou moins sombres, plus ou moins lumineux, le chemin de l'éveil et la traversée du stress post traumatique. L'humour et le rire font partie de ma comédie, les pleurs aussi. J'aime la vie dans toutes ses sensibilités, ses formes, sa puissance, sa simplicité. Quelqu'ensoit le chemin, j'en découvre la beauté et la pertinence, l'amour dans chaque chose. Mon parcours de vie est mon maître spirituel, accompagnée à merveille des personnes rencontrées; la joie, mon meilleur guide; et le jeu, un fantastique médiateur. Tout ceci inscrit dans une douceur qui se déploie pour l'humanité. Ma foi en la vie en soutien, rien ne peut advenir de plus beau que la vie en elle-même.

Formée en sophrologie caycédienne pendant 4 ans, j'ai ensuite été fortement appelée par ce qui était la Danse du Mouvement de La Vie et qui devint rapidement Movement of Life. J'ai d'ailleurs pu assister à la naissance de cette nouvelle appellation en direct avec Armelle Six. J'ai suivi depuis de nombreuses retraites et de multiples intensifs auprès d'elle et ai poursuivi mon chemin pour devenir formatrice et me réaliser

Depuis je continue de travailler en collaboration étroite avec Armelle dans le cadre de MoL francophonie en favorisant notamment des espaces de lien et de pratique entre facilitateurs, tout en poursuivant l'intégration et la réalisation du mouvement naturel.

J'ai également décidé de me former à la Psycho thérapie du Trauma Réassociative, initiée par Gérald Brassine, afin d'accompagner au mieux les résurgences traumatiques survenant parfois au cours des sessions MoL mais aussi pour accompagner en douceur les personnes victimes de troubles du stress-post-traumatique.

