

# Constellations systémiques

## Contes

## Mouvement

15 au 19 août à Pont-de-Barret (Drôme)

Révéler et mettre en dialogue nos forces inconscientes,  
Déliver nos ressources à travers le corps, le souffle et la créativité.

### > CONTES TRADITIONNELS INITIATIQUES

Les contes traditionnels initiatiques ne sont pas seulement de jolies histoires car ils racontent de manière symbolique notre théâtre intérieur. Ils viennent de la nuit des temps et ils parlent à l'âme autant qu'ils racontent l'âme. Et depuis la nuit des temps les peuples se transmettent ces sagesses : en nous vivent des forces mystérieuses qui, si nous apprenons à les reconnaître et à les accorder, œuvrent pour nous permettre de vivre pleinement nos désirs et aspirations.

Ces forces intérieures, appelées aussi archétypes, sont toutes vectrices de vie et de puissance mais, si elles ne sont pas à leurs justes places, se transforment en saboteurs, juges ou dragons. Les contes traditionnels initiatiques nous révèlent comment les équilibrer pour qu'elles se déploient par le juste et la beauté.

*Un conte vieux de plus de 3000 ans, soigneusement choisi, nous accompagnera tout au long du stage. Son récit sera exploré et habité par l'intermédiaire de l'outil des constellations systémiques. Nous irons rencontrer et révéler les trésors et les potentiels de chaque archétype afin de les reconnaître en soi, pour plus d'équilibre et d'harmonie intérieure.*

### > CONSTELLATIONS FAMILIALES ET SYSTÉMIQUES

Les constellations offrent d'explorer, de manière symbolique, une situation, un événement, une relation, un comportement ou un état intérieur. Grâce au dialogue, à la parole symbolique, au mouvement corporel libre et à la musique, ce qui est noué pourra se dénouer, ce qui est irrésolu pourra tendre vers sa résolution. Et, toujours, sans rien forcer et en respectant ce qui est.

Les constellations sont des outils puissants et poétiques au service de la clarification, de la pacification, de la libération et de l'intégration. Elles nous offrent des espaces de reliance où nous percevons que nos vécus individuels sont tous reliés à un plus grand et où nous expérimentons que ce que nous faisons pour nous-mêmes œuvrent pour un plus vaste.

Chaque jour, des temps dédiés offriront de consteller des situations personnelles résonnant avec les archétypes du conte : l'occasion de mettre en lumière ces forces mystérieuses au cœur de sa propre histoire.

*L'intention n'est pas de venir pour consteller une situation familiale ou personnelle pré-sélectionnée avant le début du stage, mais d'accompagner ce qui émergera au fur et à mesure des explorations. Tous-tes n'auront pas l'occasion de poser une constellation personnelle, peu importe car prendre un rôle pour la constellation d'autrui permettra de contacter ce qui est présent pour soi à cet instant.*

## > MOUVEMENTS CORPORELS & RESPIRATION

Se poser en soi, être à l'écoute de notre souffle, explorer ces espaces non habités de notre être à travers des méditations dynamiques, le yoga, la danse et le mouvement spontané, des outils qui nous amèneront à tomber les masques, nous retrouver, faire jaillir nos sources profondes inexplorées, nous reconnecter à plus grand que nous.

À travers ces mouvements, nous apprendrons à déceler nœuds et blocages et par la simple grâce d'un souffle dirigé, de postures et d'abandon à la danse qui est en soi, nous serons guidés à lâcher les appareils du conditionnement qui nous alourdissent et retrouver notre sagesse primale.

## > L'ÉQUIPE



**Marie Grenet** est facilitatrice de constellations familiales et systémiques certifiée par le Fédération Nationale. Elle accompagne en sessions individuelles à son cabinet à Aouste-sur-Sye et ouvre des sessions de groupe deux fois par mois.

Elle est, aussi, naturopathe et anthropologue. C'est au cours de ses études en sciences sociales qu'elle a commencé à explorer les contes traditionnels. Passionnée, elle continue aujourd'hui à les découvrir et les approfondir dans leurs dimensions anthropologiques, psychologiques et spirituelles.

[www.mariegrenet.com/accueil](http://www.mariegrenet.com/accueil)

[contact@mariegrenet.com](mailto:contact@mariegrenet.com)

06 38 18 50 22

## > CRÉATIVITÉ

De la mise à nu de nos ressources intérieures par les constellations et les contes, le mouvement et partages en cercle, l'espace s'ouvrira pour explorer ensemble des temps de création semi-dirigés, d'écriture, de collage, de chants en cercle.



**Rachel Bourgeais** est une exploratrice engagée sur le chemin de la guérison et de la spiritualité depuis plus de 25 ans. Elle accompagne l'autre à se reconnecter à son potentiel de guérison à travers le corps et vit et pratique actuellement à Crest.

Elle est praticienne et enseignante en massage et a transmis à travers le monde soins, yoga, chi kung. Ses principaux alliés de vie sont la danse, le souffle et le chant.

[saramebourgeais@gmail.com](mailto:saramebourgeais@gmail.com)

07 67 78 86 10

## > INFOS PRATIQUES

> Du jeudi 15 août (16h) au lundi 19 août (10h)

> Tarifs incluant : contenu pédagogique et encadrement, logement, repas du midi et du soir (du jeudi soir au dimanche soir)

N'inclut pas : le trajet pour venir, le petit-déjeuner, la fourniture de la literie (draps et serviette)

**Tarif : 450€**

**Tarif solidaire : 380€** (limité à 4 places)

\* Frais pédagogique : 255€

\* Frais pédagogique : 230€

\* Hébergement : 85€

\* Hébergement : 40€

\* Repas : 110€

\* Repas : 110€

**N.B concernant le tarif solidaire** : Merci de jouer le jeu : si vous vous sentez confortable avec le tarif normal, merci de laisser le tarif solidaire pour les personnes qui en ressentent le besoin.

Aucun justificatif ou justification ne seront demandés, nous faisons confiance à chacun-e.

## > CONTACTS

Marie Grenet : [contact@mariegrenet.com](mailto:contact@mariegrenet.com)  
06 38 18 50 22

Rachel Bourgeais : [saramebourgeais@gmail.com](mailto:saramebourgeais@gmail.com)  
07 67 78 86 10

## > INSCRIPTIONS

> Inscription effective à réception des arrhes de 100€

> **Inscription soit en ligne** via le serveur sécurisé billetweb :

<https://www.billetweb.fr/stage-constellations-systemiques-contes-mouvement>

**Soit par courrier et chèque** à l'ordre de Rachel Bourgeais, à envoyer à : Rachel Bourgeais, 18 rue Archinard, 26400 Crest

**N.B. : une inscription est un engagement. Pour tout désistement et ce à tout moment, quel qu'en soit le motif, les arrhes seront conservés sauf si vous trouvez quelqu'un pour vous remplacer.**

> Le restant à payer (280€ pour le tarif solidaire, 350€ pour le tarif normal) seront à régler au premier jour du stage, soit par chèque, soit en espèces.

Le tarif (380€ en solidaire, 450€ en normal) comprend les frais pédagogiques, l'hébergement et les repas du midi et du soir.

> Après votre inscription, vous recevrez un document contenant l'ensemble des infos pratiques en détails : adresse, ce qu'il faut apporter, contacts, fichier de covoiturage.

## > CONTRE-INDICATIONS

> Aucune expérience ou pré-requis ne sont nécessaires, tant pour les constellations que les pratiques corporelles et les contes traditionnels.

**Les seules contre-indications** sont la grossesse, une dépression grave, des tendances suicidaires ou psychotiques, des addictions à l'alcool ou aux psychotropes.

> **STAGE EN RÉSIDENTIEL & PENSION COMPLÈTE** dans un lieu enchanteur en Drôme, à proximité de Pont-de-Barret (26400).

> **Gare la plus proche** : Crest (ter) ou Valence TGV (navette sur demande menant à la gare de Crest).

Si besoin, possibilité de venir vous chercher à la gare de Crest (26400) le jeudi à 16h30 et de vous ramener le dimanche à 17h30.

> **Logement sur place** :

- \* **en tente berbère partagée** (avec un lit et un sommier!) à 2 ou 3, à l'ombre des arbres,
- \* **en chambre partagée** dans la maison, à 2 ou 3
- \* possibilité d'apporter **sa propre tente** selon préférence.

> **REPAS VÉGÉTARIENS** avec de bons produits locaux.

Petit-déjeuners et en-cas en auto-gestion.

Merci de nous avertir en cas d'allergie ou d'intolérance alimentaire stricte.

## AU SUJET DU LIEU

En pleine nature, lieu auto-construit par un artiste inspiré : il est demandé d'aimer la simplicité et la proximité avec le vivant naturel pour apprécier pleinement cet espace surprenant.

Nous aurons la chance de nous retrouver en **période des Perséides**, ce moment si spécial où le ciel nocturne est traversé par des dizaines d'étoiles filantes. Le lieu, **sans pollution lumineuse**, nous permettra de belles soirées à les observer.

Une **piscine écologique alimentée par de l'eau de source** (non chlorée) nous offrira de belles baignades rafraîchissantes. Un petit ruisseau est également accessible en contre-bas.

Des toilettes sèches, des douches extérieures sont complétées par une salle de bain en dure.

Nous pratiquerons au frais dans une **grande salle de 100m<sup>2</sup>**, avec toit végétalisé, parquet et grandes portes vitrées.



Crédits photo :  
Olivier Simonnet

