

# L'Homme et sa Terre

*nourrir et habiter son jardin intérieur*



agir – réagir – transformer – réparer – améliorer son quotidien  
– rire – redécouvrir ses sensations intérieures – joie – plaisir du  
toucher – recevoir – donner – peur – cinq sens – étonnement –  
lumière – amour – surprise – confiance – libération – calme –  
centrage – paix...

## ***La Terre :***

- *La force de la sphère qui nous porte.*
- *Une poignée de terre lancée dans les quatre directions ;*
- *Une poignée de terre lancée vers la terre ;*
- *Une poignée de terre lancée vers le ciel ;*
- *Une poignée de terre pour le Grand Rien.*

### **Au contact de la terre l'Homme se relie à sa Terre intérieure.**

Passez une heure en compagnie d'une céramiste, pour vous relier à votre terre intérieure. Par une recherche créative, vous pourrez façonner votre paysage intérieur et découvrir vos outils de progression personnelle. Ma technique est centrée sur le dialogue entre le toucher et le ressenti.

Par divers exercices, j'accompagne l'homme à planter, cultiver, nourrir et habiter son jardin intérieur. Je vous propose de vivre une expérience profonde par contact avec l'argile, en vous inspirant de la nature : des arbres, des fleurs, des sons, des animaux...

...dans le but de transposer toutes ces impressions, sensations, dans la terre et de les faire vivre consciemment en vous.

## ***L'Homme et sa Terre :***

- *Modeler, pétrir, taper, tenir, creuser, couper, caresser, lisser... ;*
- *Prendre conscience de son lien à la terre ;*
- *Observer une pensée et la façonner en volume ;*
- *Déposer un travail dans la nature pour l'offrir à la terre ;*
- *Sentir et libérer sa force de vie, sa force créative ;*
- *Amener la notion d'extérieur à l'intérieur et inversement ;*
- *S'ouvrir à son monde intérieur par le travail à l'aveugle.*

## Renseignements, rendez-vous :

Raymonde Oppliger

Céramiste

Atelier : Rue de la Ravine 12 — CH-2023 Gorgier

Tél. 078 812 99 52

raymonde.oppliger@net.2000.ch

Cours individuels

Durée d'un cours : environ 1 heure

Tarif : CHF 80.– le cours

Ces cours ont lieu dans mon atelier et parfois dans la nature. Ils s'adressent à toute personne ressentant un besoin intérieur de se (re)connecter à son feu de vie et d'avancer sur son chemin.

Certains thèmes seront proposés pour un travail en petits groupes.

Travail en groupe, durée : 2h00

