



STAGE
DE TRAVAIL
QUI
RELIE

*S'ancrer sur la durée
et explorations sauvages*

*Du 25 au 29
août 2024
À Massat
Pyrénées
Ariège*

*Puiser dans nos
sentiments face aux
chamboulements
planétaires de la
créativité pour l'action*

*5 journées de voyage
collectif
à l'intérieur de soi
pour recontacter
notre identité
profonde et notre
puissance pour
l'action*

*Cercles de parole,
échanges en petits
groupes, méditations
guidées, jeux
didactiques,
moments de reliance
dansants, chants,
temps de
reconnexion avec la
nature, quelques
apports théoriques...*

*Explorations en
forêt, observations
des écosystèmes et
des êtres qui y
habitent...*





Qu'est-ce que le Travail Qui Relie?

C'est un outil d'éco-psychologie en groupe éprouvé depuis 40 ans...

Ce travail propose de se relier à nos sentiments vis-à-vis d'un système destructeur de vie, sans les qualifier de positifs ou négatifs. Le fait d'accueillir des sentiments tels que l'impuissance, la peur ou la colère, laisse place à notre détermination et notre joie d'être en vie en ce moment charnière pour devenir acteurs du changement - à notre échelle, en alignement avec notre identité profonde.

L'essentiel du travail est de contacter ce qui est déjà en soi car la réponse se trouve au fond de chacun. Et ce, à travers la reformulation et le partage de nos perceptions et ressentis via différentes formes d'échange verbal, des temps de méditations guidées, des jeux didactiques, des moments artistiques, des temps de contact avec les écosystèmes qui nous entourent... Une part importante du processus est consacrée à ressentir en soi-même et à s'approprier comment aller de l'avant à travers des actions concrètes, y compris sur la durée.

Le Travail Qui Relie prend ses racines dans le bouddhisme tibétain, la théorie des systèmes et l'écologie profonde. Il a été développé par Joanna Macy, philosophe des sciences, qui suit des enseignements du bouddhisme tibétain.

Qui anime l'atelier?

Clara Carrayrou et **Eskani Siruguet** sont tous les deux biologistes et agroécologues. Les stages de Travail Qui Relie (TQR) auxquels ils ont participé leur ont amené plus de sérénité et de clarté dans leur rapport quotidien à l'état actuel de la planète. Ce nouveau souffle a beaucoup renforcé leur confiance et leur détermination pour continuer de contribuer à la guérison de ce monde.

C'est alors qu'ils ont intégré l'étude et l'expérimentation de ces pratiques dans leurs vies. Depuis 2018, en s'appuyant sur leurs diverses expériences préalables de formateurs en agroécologie, ils co-animent des stages de TQR avec l'intention de contribuer à un éveil des actions concrètes basé sur un changement de perceptions.

Eskani Siruguet

En plus du travail qui relie, actuellement, Eskani est consultant en agroécologie et permaculture. Il est aussi facilitateur de processus collectifs : il aide des groupes à atteindre leurs objectifs. Et ce, au sein de diverses structures œuvrant pour une transition vers une société respectueuse du vivant, humain·e·s y compris.

Outre son vécu de divers ateliers de TQR en tant que participant, notamment aux côtés de Terr'Eveille, son approche de TQR est nourrie de diverses influences pratiques et théoriques : les supports pédagogiques développés par d'autres facilitateur·ices, sa compréhension des neurosciences et de la biologie des systèmes, la psychologie bouddhiste – notamment à travers l'œuvre de Tara Brach et d'Orgyen Chowang –, sa propre expérience de militant-méditant, la communication non violente (CNV), des outils de la Gouvernance Organique®, ses observations de terrain sur les dynamiques collectives...

« Je travaille pour un monde où la richesse n'est plus mesurée en termes d'argent dette, où les sols ne circulent plus dans les rivières, ni les pesticides dans nos veines et où les humains se font confiance... C'est un pari, certes, mais c'est le seul pari qui fait sens pour moi. »



Qui anime l'atelier?

Clara Carrayrou

Actuellement, Clara tisse les rouages de la transition avec les voisin.e.s de la vallée qu'elle habite (groupe autogéré de communication consciente, cercles de femmes, coopération pour la souveraineté alimentaire...).

Motrice dans la vie de la vallée, elle est à l'origine de nombreux moments de reliance et de partages festifs :

- À travers des ateliers de travail qui relie (TQR): plusieurs traversées par an de 5 jours et quelques ateliers ponctuels plus courts.
- Via sa pratique de la musique, qui repose sur ses 20 années de formation dont 13 en conservatoire : elle mène des ateliers collectifs réguliers de reliance chantée et propose un accompagnement individuel pour développer sa voix et son lien au corps à travers le chant. Elle co-organise des bals trad' auxquels elle participe à l'accordéon et à la voix.

La sensibilité et l'harmonie que Clara affine à travers ces différentes activités insufflent écoute, subtilité et musique dans les ateliers qu'elles co-facilite. Aussi, elle nourrit sa créativité de facilitatrice en continuant de vivre, en tant que participante, des stages de TQR, avec Terr'Eveille ou dernièrement avec Aline Wauters au cours d'un stage de TQR de 3 semaines.

Enfin, elle compose des chants de guérison, de cheminement, dont le partage participe aux déclics bien réels qui s'opèrent pendant les différents moments de reliance évoqués plus haut.

« Je remercie sincèrement la vie de me permettre de chanter mon chemin, celui dont je rêve tellement fort qu'il se réalise ! »



Les dates

Du Dimanche 25 août 2024 à 8h30 au jeudi 29 août à 18h

Le Travail qui relie est basé sur un processus avec un début et une fin. Pour cette raison il est indispensable que les participant·es puissent être présent·es à l'ensemble de l'atelier.

Le lieu

Au coeur d'une belle vallée des pyrénées ariégoises, à 20 minutes à pied du village de Massat (09320), nous aurons à notre disposition une maison dans un hameau de montagne, avec terrasse, espaces extérieurs et la forêt au seuil de notre porte.

Pour des raisons écologiques, ce lieu ne possède pas de toilettes à eau mais est équipée de toilettes sèches.

Le prix

- **D'une part, les frais fixes payés au début du stage pour les lieux et les charges** : 85€ pour toute la durée du stage. **Logement sur place sans frais supplémentaires**, en **petits dortoirs** avec matelas au sol, literie (+15€) non comprise. Dortoirs accessibles les nuits précédent et/ou suivant le stage sans frais supplémentaires. Possibilité de louer – à vos frais et démarches – des petits chalets de vacances voisins pour disposer d'espaces privatifs.
- **Et d'autre part, le prix libre et conscient pour la rémunération des facilitateurs, payé en fin de stage** (Voir descriptif + loin)

Nourriture non fournie: chacun apporte de quoi partager, bio et végétalien si possible; préparation collective selon planning.



Qu'est-ce que la participation libre et consciente?

La participation consciente propose et ouvre une voie de questionnements dans notre rapport à l'argent et notre façon d'échanger nos richesses, à ce que nous sommes chacun prêts à donner... et à recevoir.

Dans une société où sont présentes de fortes inégalités de revenus, elle permet la solidarité entre les participants-es et une responsabilisation collective. Ce processus repose sur la confiance qu'une forme d'autorégulation va s'instaurer pour obtenir un montant global qui soit juste.

Il s'agit de la somme en euros que vous souhaitez ou pouvez donner à la fin du stage pour ce que vous avez vécu. Aucun prix ne sera donc exigé ou proposé.

Chacun évalue la somme qu'il-elle souhaite donner en fonction de 4 paramètres :

- Ses propres revenus et sa situation financière.
- Ce qu'il-elle souhaite rétribuer pour ce qu'il-elle a reçu, la qualité du stage.
- Le prix couramment pratiqué pour ce type de stage. Ce point demande à ce que les participant-e-s se renseignent avant le stage.
- Le degré de soutien qu'il-elle veut apporter aux intervenants pour ce type de projet.

La remise se fait à la fin de l'expérience de façon non-anonyme sous enveloppe à votre nom sans justification du don réalisé. Seuls les animateurs connaîtront l'identité de chaque enveloppe. Le non-anonymat est une manière pour que chacun-e assume pleinement son choix, une manière de parler en « je ».

Pour nourrir la réflexion collective, le montant total récolté, la moyenne, le montant le plus bas et le plus haut seront annoncés, sans rendre les prénoms publics, en fin d'atelier. Le processus fait l'objet d'un temps de partage en début et fin d'expérience.

Comment s'inscrire?



1. Vérifiez par SMS avec Clara s'il reste des places: **06 19 35 61 74**.
2. Si oui, vous recevrez par mail un formulaire d'inscription à nous retourner, ainsi que l'adresse à laquelle envoyer votre chèque d'arrhes de 75euros.
3. À la réception de votre formulaire rempli et de votre chèque d'arrhes, nous vous adresserons un mail qui confirmera votre inscription.

Le nombre de participants étant limité, il nous est important d'être averti au plus tôt d'un éventuel désistement de votre part. Merci de votre compréhension.

Pour tout complément d'informations vous pouvez appeler Eskani au 06 19 35 61 74 ou bien nous écrire un e-mail: resonances.actives@protonmail.com (ou Clara au 06 52 38 53 92).

