

LES VOIES DU PASSAGE

Dans les espaces entre...



PARIS - DÉC 2026

École Aberratio, Paris 20

STAGE DE FIN D'ANNÉE - 5RYTHMES®, MÉDITATION & CHANT

animé par Peter Wilberforce

**Un temps pour se ralentir, pour se poser, pour se ressourcer.
Un temps pour être au ressenti du battement de son cœur et à l'écoute
de sa respiration - à l'accueil de ce qui est là dans l'instant présent.**

Dans le silence et le repos, si vous connectez à l'énergie qui bouge à l'intérieur ? Si vous laissez grandir votre attention, s'éveiller votre conscience, comment est-ce que l'espace s'ouvre à vous ?

Dans un espace intime, un peu à l'écart du monde, que découvrez-vous à l'intérieur ? Quelles sensations vous habitent ? Quelles énergies vous traversent ? Quelles musiques jouent ?

Sans rien forcer laissez le corps se mettre en mouvement et reliez-vous aux gestes qui s'expriment. Laissez émerger du son et suivez le fil vocal qui se crée. Où est-ce que ces danses et ces chants imprévus vous amènent ? Quels chemins créatifs s'ouvrent à vous dans la spontanéité ? À l'écoute des autres, quelles voies se tissent ? Quelles danses, quels chants émergent pour vous amener vers une connexion au monde nourrissante et rassurante ?

Ce stage offre à chacun.e un espace de calme et de paix pour soi-même dans un cadre collectif bienveillant. Des moments de méditation, de chants et de danse jalonnent les voies du passage.

**Une transition vers la nouvelle année en douceur dans le mouvement et le son ,
conscient de soi-même et des autres, ouvert.e à ce au futur qui se présente.**

Ce stage est ouvert à tous quelques soit son âge, son expérience ou sa capacité physique.
Une connaissance d'une pratique de danse ou de chant libre est conseillée mais pas obligatoire.



Peter Wilberforce est un professeur des 5Rhythmes® certifié et un praticien en formation de la Méthode Feldenkrais®. Il anime des stages et des ateliers en France et en Europe. Il intègre plusieurs pratiques corporelles et vocales, dont The Naked Voice (Chloë Goodchild) et Amerta Movement (Supraprto Suryodarmo). Il est guidé par la conviction qu'un apprentissage optimal et incarné se fait dans des espaces de calme et d'attention bienveillante. Sa démarche fait appel à un esprit de recherche et encourage l'accueil de tous ses ressentis, ainsi qu'une ouverture vers le jeu.

Langues : français et anglais

INFORMATIONS PRATIQUES

DATES

du lun 28 au jeu 31 décembre

HORAIRES

lun du 16h à 19h

mar & merc du 11h à 18h

jeudi du 10h à 13h

LIEU

École Aberratio,

29 rue des Orteaux, 75020 Paris

TARIFS

Plein - 220 €

Réduit - 170 €

(Tarif réduit : étudiant.e-s, minima sociaux)

INSCRIPTION

billetweb.fr/les-voies-du-passage

(possible de régler le cycle en 3 fois)

INFORMATIONS

bodyvoiceandbeing@pm.me

www.bodyvoiceandbeing.com