



19 novembre 2022
14 janvier 2023
11 mars 2023



Introduction à l'autolouange en ligne avec Marie Milis



www.mariemilis.net

Durant ces journées de (re)découverte de cette pratique de dignité, je proposerai des exercices gradués pour que chacun.e expérimente la vitalité de l'autolouange afin de vivre nos vies intensément, debout.

Tarif : 100 € la journée

Un lien Zoom sera envoyé aux participants.

Information & réservation :
leonard.appel@gmail.com
info@mariemilis.net

L'autolouange est une pratique millénaire et universelle. Elle a existé partout, sur toute la surface de la terre. C'est une pratique primitive, première et fondatrice, à la source de toutes nos cultures aujourd'hui restaurée en une architecture simple et accessible à tous.

Dans son très beau livre : *Chants de l'âme*, Léonard Appel a rassemblé une anthologie d'autolouanges dans les cultures anciennes et traditionnelles. Nous y entendons la voix des sumériens, égyptiens, celtes, navajos, eskimos, indiens, peuls, aztèques, persans, bantous, coréens,... Ces textes montrent combien depuis l'origine de nos cultures, nous sommes invités à un mouvement *vertical* ascensionnel, un dépassement de nos attachements et fonctionnements quotidiens *horizontaux* et à la découverte en nous d'un absolu intime et mobilisateur.

L'autolouange est comme une voie de forage jusqu'à l'intime de soi par laquelle circule une « nourriture d'être plus », un afflux de surconscience et de plénitude. La pratique de l'autolouange est « accouchement du cœur ». Elle nous permet d'entendre et de proclamer cette parole légère, puissante et fugace qui repose au cœur de chacun.e.