

# Activités MLC©

Méthode de Libération des Cuirasses

## Hiver 2017-2018

### SEANCES DECOUVERTE MLC©

Venez découvrir la MLC©  
librement et sans engagement.

La séance (1h30) inclut une courte présentation de la MLC©, une exploration pratique de quelques mouvements, et un temps pour répondre à vos questions.

Prévoir une tenue souple et confortable.

Sur inscription, au plus tard 24h avant la séance.

- **Séances collectives:**

(Consulter le planning actualisé sur le site)

- **jeudi** 21/12 16h
- **mercredi** 27/12 20h
- **mercredi** 03/01 19h

- **Séance individuelle: sur rdv**

### CYCLES MLC© 1er trimestre 2018

- **Groupes hebdomadaires**  
(cycles de 10 séances)

**Le mardi** 19h30 du 09/01 au 27/03  
**Le mercredi** 18h30 du 10/01 au 28/03

Les inscriptions sont ouvertes...

- **Séances individuelles**  
(cycles de 8 ou 10 séances)  
**à tout moment sur rdv**

**RENSEIGNEMENTS: Elisabeth MAFETY**

Diplômée en MLC© - Psychopraticienne en Analyse Psycho-Organique

01 39 95 88 05 / em@energie-et-mouvement.fr  
www.energie-et-mouvement.fr

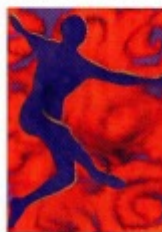
101 rue Michelet 95320 Saint-Leu-la-Forêt

### LES SEMINAIRES D'HIVER

## Corps, Cuirasses et Croyances

2, 3 et 4 février 2018

L'esprit et le corps sont liés. Conditionnements et croyances maintiennent en place des complexes, et créent une **rigidité physique et mentale (cuirasses)** qui étouffe peu à peu l'énergie vitale et la créativité.



*Durant les 3 jours de ce séminaire intensif, vous serez accompagné dans l'exploration de votre triangle personnel Corps-Cuirasses-Croyances, et vous découvrirez quelles croyances, créées par vous-même ou bien reçues des autres, cuirassent votre corps et vos émotions, et comment vous en libérer progressivement afin d'améliorer votre*

*souplesse physique et psychique, et retrouver votre spontanéité naturelle.*

## Le Corps et la Cuirasse Parentale

10-11 mars et 7-8 avril 2018 (2 WE indissociables)

Dès la petite enfance nous prenons nos parents (ou substituts parentaux) pour modèles. Cette **identification** répond au besoin de sécurité de l'enfant au sein de sa famille.



L'imitation (in)consciente de nos parents (leurs attitudes, croyances, conditionnements, etc) impacte notre corps et notre psyché : la **Cuirasse Parentale** commence à se bâtir. Puis progressivement **nous devons nous en libérer** pour trouver notre propre identité.

Mais si devenu adulte, nous restons « fixés » dans une relation symbiotique à nos parents, alors la **Cuirasse Parentale non libérée devient un enfermement** (émotionnel, physique, psychique) **qui entrave** l'énergie vitale et **notre évolution**.

**Et vous, que portez-vous encore de votre Cuirasse Parentale ?** La rencontre avec "l'image" du corps de vos parents (ou substituts parentaux) et avec vous-même, vous aidera à **identifier** ce que vous avez intériorisé de leurs **postures et conditionnements**, pour ouvrir la voie d'une **libération à votre rythme**, et **renouer avec votre nature profonde** et le mieux-être.

Chacun de ces 2 séminaires créés par **Marie Lise LABONTE** alterne des enseignements et pratiques variées d'exploration de l'inconscient (dessin, visualisation, travail corporel en MLC© etc).