

Ce Forum est un espace de rencontre entre pratiques, pensées et expériences.

Pendant trois jours, intervenant·es et participant·es se retrouvent pour explorer ensemble trois dimensions complémentaires : le corps sensible, le corps relationnel et le corps sociétal.

Initiée par la F.AAGE, cette rencontre s'inscrit dans plus de 30 années de recherche et de transmission autour d'une pratique martiale pacifique de la relation et de la transformation de la violence.

Elle propose d'explorer comment la paix se vit, se pratique et s'apprend à partir du corps, dans la manière de traverser le conflit, la tension et la rencontre avec l'autre.

Le forum alterne conférences, tables rondes, ateliers et soirées artistiques.

Un forum pour penser, ressentir, relier et agir.

INFOS PRATIQUES

- Lieu › Les Ormes 51240 Coupéville
- Dates › 11, 12, 13 juillet
- Contact › *30ansfaage@aikiryu.fr*
- Site › *aikiryu.fr*

- QR code › programme complet / inscription / infos

À SAVOIR

- Prévoir une tenue confortable
- Certains temps pourront avoir lieu en mouvement ou en extérieur

Organisé par

la Fédération Aïkiryu et Arts du Geste

Avec le soutien de :

Cofinancé par l'Union européenne

LA PAIX PAR LE CORPS

Crédits Photos : Xxxxxxx xxxxxxx, Xxxxxxxxx Xxxxxxxxx. Création : Céline Guette.

FORUM

LA PAIX PAR LE CORPS

› 11, 12 et 13 juillet 2026

Les Ormes

Comprendre la violence, traverser le conflit, cultiver la paix.

Organisé par

la Fédération Aïkiryu et Arts du Geste



LA PAIX PAR LE CORPS

JOUR 1

› Samedi 11 juillet 2026

CORPS SENSIBLE

LE LIEU DE LA PRÉSENCE

Se relier au corps pour vivre dans un monde sensible

Intervenant·es — **Modérateur :** *Morgan Guiraud*

- **Isabelle Dubouloz,** enseignante d'Aïkiryu, d'Aïkiryu-Taïso et de Mouvement dansé, co-dirigeante de la F.AAGE.
- **Anaïs Choulet-Vallet,** chercheuse en philosophie indépendante, musicienne, praticienne de shiatsu et aïkidoka.
- **Claudie Charron,** enseignante Onsei-Do / Kototama.
- **Orit Mizrahi ,** présidente de l'association École de la Respiration.

08h30 **Accueil / café**

09h00 **Ouverture du forum**

09h30 - 10h45

Conférence en dialogue I ***Partager l'expérience et la connaissance grâce au toucher.*** *Isabelle Dubouloz & Anaïs Choulet-Vallet*

11h15 - 12h30

Atelier I ***Mouvement Dansé : Explorer, écouter son corps, entrer dans le mouvement.*** *Isabelle Dubouloz*

Danse instantanée accessible à tou·tes, qui invite à habiter son corps en se reliant à son ressenti. À travers des exercices simples et précis, il développe l'écoute et le plaisir du mouvement. Dans le contact avec l'autre, une danse créative se développe dans la réalité des échanges sensibles et dynamiques.

13h00 - 14h00

Pause déjeuner

14h00 - 15h30

Table ronde I ***Comment vivre son corps sensible comme espace de résonance et de pacification ?*** *Isabelle Dubouloz, Claudie Charron, Anaïs Choulet-Vallet, Orit Mizrahi*

16h00 - 18h30

Atelier I ***Onsei-Do La voie du son / Kototama.*** *Claudie Charron*

Les Kototama, les sons qui ramènent à la paix du corps et du cœur, agissent par résonance directe sur le corps pour amener à un espace de paix intérieure

Une pratique simple et quotidienne pour apaiser le mental, se ressourcer et mieux s'écouter, soi et les autres.

Atelier I ***Séance d'initiation au Mouvement Régénérateur Katsugen-Undo.*** *Orit Mizrahi*

Issu du Japon et mis au point par Maître Noguchi, le Mouvement Régénérateur active le système nerveux involontaire à travers une « gymnastique du spontané », sans technique ni objectif.

18h30 - 20h

Repos / repas léger (à partir de 19h)

20h00

Soirée I ***Performance de Mouvement Dansé puis Performance Clowne Chamane avec*** *Sylvie Bernard* ***qui sera suivi d'un bord plateau.***



JOUR 2

› Dimanche 12 juillet 2026

CORPS RELATIONNEL

LE LIEU DE LA RENCONTRE

Traverser le conflit pour créer une autre forme de relation

Intervenant·es — **Modératrice :** *Carole Drouelle*

- **Frédéric Gros,** philosophe et professeur de pensée politique.
- **Camille Lambert,** accompagnante à la coopération au sein de l'Université du Nous.
- **Jérôme Lavens,** facilitateur de cercles de pardon et de bien d'autres.
- **Joëlle Jaques,** enseignante d'Aïkiryu, d'Aïkiryu-Taïso et de Mouvement dansé, co-dirigeante de la F.AAGE.

09h30 - 10h45

Conférence I ***Les origines des violences.*** *Frédéric Gros*

11h15 - 12h30

Atelier I ***Se relier aux principes, libérer le geste de la finalité, renoncer à la force*** *Joëlle Jaques*

Art du geste dont l'origine martiale prend sa source dans l'Aïkido de Moriheï Ueshiba, l'Aïkiryu a pour vocation d'offrir un chemin de transformation par le renoncement à la contrainte et à la force, et par le fait de se laisser guider par le mouvement.

13h00 - 14h00

Pause déjeuner

14h00 - 15h30

Table ronde I ***Comment le risque de la rencontre peut nous mener sur une voie de reliance pacifiée ?*** *Camille Lambert, Jérôme Lavens, Joëlle Jaques, Frédéric Gros*

16h00 - 18h30

Atelier I ***Prendre soin de nos conflits pour coopérer sans violence.*** *Camille Lambert*

Dans nos collectifs, accueillir le désaccord sans l'éviter ni exploser est souvent un défi. Par le corps et des mises en situation, cet atelier explore comment faire du conflit une voie de transformation et, paradoxalement, un chemin vers la paix.

Atelier I ***Cercle de pardon.*** *Jérôme Lavens et David Falguière*

Le cercle de pardon est un rituel simple et puissant de pacification du cœur, basé sur une approche transpersonnelle. C'est avancer sur un chemin de pardon, envers les autres et envers soi-même, sans avoir à raconter son histoire personnelle.

19h00

Démonstration d'Aïkiryu

20h00 **Repas**

21h00

Projection du documentaire : Le Vivant qui se défend de *Vincent Verzart*

JOUR 3

› Lundi 13 juillet

CORPS SOCIÉTAL

LE LIEU DU VIVRE-ENSEMBLE

S'ancrer dans le vivant pour agir autrement dans le monde

Intervenant·es — **Modérateur :** *David Fusco-Vigné*

- **Frédéric La Combe - Lama Lhündrup** instructeur et collaborateur de l'Université du Bouddha.
- **Jeanne Henin** chercheuse indépendante, pratiques de connexion à la nature.
- **Annie Le Fur** formatrice sur la régulation des conflits, la non-violence et la coopération.
- **Anne-Hélène Rigogne** enseignante d'Aïkiryu et d'Aïkiryu-Taïso, co-dirigeante de la F.AAGE.

09h30 - 10h45

Conférence I ***Unité dans la diversité spirituelle et éthique : un paradigme de paix et d'harmonie.*** *Lama Lhündrup*

11h15 - 12h30

Atelier I ***Rencontrer le vivant des Ormes, se rencontrer : un temps pour prendre des forces ensemble*** *Jeanne Henin*

Ensemble, prenons un temps pour découvrir le vivant avec nos sens, nous rencontrer et explorer nos élans. Un temps d'échanges et de pratiques sensorielles pour construire un paysage social commun.

13h00 - 14h00

Pause déjeuner

14h00 - 15h30

Table ronde I ***À quelles forces vivantes nous relier pour mobiliser les énergies du possible et devenir ensemble créateur·rices de paix ?*** *Lama Lhündrup, Jeanne Hénin, Annie Le Fur, Anne-Hélène Rigogne*

16h00 - 18h30

Atelier I ***La force d'être non-violent.*** *Annie Le Fur*

Après une introduction sur la notion d'agressivité et ce que cela produit dans le corps, un exercice coopératif nous permettra d'échanger sur ce qui nourrit la coopération en non-violence, et qui freine la tentation d'entrer dans l'agressivité ou les rapports de domination.

Atelier I ***Présence du cœur et interdépendance.*** *Lama Lhündrup et Liliane Reinagel*

Comment l'expérience et l'entraînement à la contemplation se développent dans la présence attentive et sensorielle ? Et comment ses qualités s'incorporent dans la relation à autrui, à la nature et dans le mouvement d'accueillir/offrir ?

20h00

Soirée de clôture avec un Concert - bal folk avec le Duo Thézé, animé par *Swanhilde Abelé.*