

## VITTOZ ET PYSSANKA

### Monastère St.Michel du Var

Avec Hélène PETIT-PILLIE

**2019**

Mardi 16 avril 2019: 14h à 17h;

Mercredi 17 avril : 14h à 17h;

Jeudi 18 avril: 14h à 17h.



Etre là, présent à ce que je fais, à ce que je vois, à ce que j'entend, au mouvement de ma main, à ce qu'elle touche...être pleinement conscient de mes actes, de ce qui m'entoure, ... c'est ce que Roger Vittoz ( 1863-1925) appelait « *des actes conscients* », le meilleur remède selon lui pour soigner le « *vagabondage cérébral* », la dépression, l'angoisse. C'était aussi pour lui un préalable à une autre ouverture d'une dimension supérieure. Dans ses notes personnelles il écrit : « *pour pouvoir devenir mystique il faut d'abord se rendre réceptif, s'ouvrir pour recevoir.* »

Les exercices Vittoz favorisant l'état de présence nous aiderons à ouvrir en nous une disponibilité pour réaliser une « Pyssanka » où « l'œuf écrit » en ukrainien dans une forme d'écriture méditative, une aide pour vivre intensément la Semaine Sainte.

\*\*\*

Le matériel est fourni. Nous utiliserons des œufs de poule blancs, mais si vous pouvez vous procurer des œufs d'oies, ils seront les bienvenus. Une corbeille recevra votre participation aux frais.

Teindre des œufs pendant la période qui précède la fête de Pâques est une tradition de l'Europe centrale, tout comme l'icône. L'œuf, symbole à la fois de potentiel de nouvelle vie et de grande fragilité, nous aide à vivre consciemment ce temps de Semaine Sainte .

Teindre un œuf , c'est aussi faire un chemin intérieur à travers la couleur où nous partons de la couleur la plus proche de la lumière, le blanc de la coquille , pour plonger dans les couleurs de plus en plus foncées jusqu'au noir, c'est la descente dans la ténèbre du samedi saint et enfin retrouver toutes les couleurs du matin de Pâques après avoir enlevé la cire qui les protégeait. Pour l'écriture on utilise les symboles géométriques, végétaux et animaux. L'aide des exercices Vittoz permet d'allier le travail méditatif intérieur à la réalisation d'une création artistique.

*Pédagogue et thérapeute, Hélène PETIT-PILLIE anime des stages de développement personnel depuis 1992. Elle est diplômée de l'institut « Vittoz IRDC, anime des stages d'Ecoute et de Vittoz dans le désert, et est membre du Collège International des Thérapeutes CIT fondé par JY.Leloup. Sa rencontre de la « Pyssanka » il y a plus de 20 ans grâce à une amie ukrainienne, lui donne rendez-vous chaque printemps avec ce moment sacré cet instant unique, hors du temps, que dévoile l'acte de faire une pyssanka.*

*Auteure de « Accéder à son intériorité, Vittoz un outil de développement sur le chemin spirituel » Ed.Chronique Sociale*

**S'inscrire** auprès de Jeanne-Marie, Maison Ste Marthe : 04.94.73.12.40