

Ateliers peinture-présence avec Delphine Géliot (Peinture à l'encre)



Peindre à l'encre, c'est expérimenter la liberté que donne l'eau, mais aussi accepter son voyage.

S'intérioriser avant de s'exprimer, un geste spontané où tout ce qui encombre l'esprit est abandonné pour laisser place au ressenti et à l'expression de notre être.

Par l'alternance de pratiques de méditation de pleine conscience et la peinture, nous apprendrons à intégrer notre présence, notre ressenti, notre écoute intérieure dans l'acte de peindre.

Simplement être ...

