



**Frontière(s),  
marges  
et confins**

**STAGE RÉSIDENTIEL**

# **Transgénérationnel et écriture**

**DU 21 AU 24 FÉVRIER 2022**

**à l'Abbaye de Valsaintes (Haute-Provence)**

**animé par Sandrine Chenivresse**

**psychanalyste, anthropologue des religions (taoïsme) et écrivaine**

[www.larbredenoue.com](http://www.larbredenoue.com) / [larbredenoue@yahoo.fr](mailto:larbredenoue@yahoo.fr)



## LE LIEU

Située **en Haute-Provence**, aux alentours de Simiane-La-Rotonde **sur un site culturel multi-millénaire** proche du hameau de Boulinette, **l'abbaye cistercienne Notre-Dame de Valsaintes**, quatrième de Provence, domine un paysage d'une beauté à couper le souffle.

Entourée d'**un jardin remarquable** (plus de 600 variétés de rosiers anciens et classiques, un jardin sec et un potager en permaculture), elle garde l'empreinte d'**un ancien sanctuaire celtique** consacré au dieu solaire Bélénos. Une pierre levée marque le centre d'un calendrier archaïque (la position du soleil couchant permet de repérer les solstices et les équinoxes). Plus bas sur une des terrasses du jardin en restanques subsiste l'emplacement d'**un culte archaïque jadis dédiée à la Déesse-Mère de la Fertilité**. Cet ancien lieu de guérison était associé à trois bassins rituels consacrant l'élément Eau. Y était située une pierre de Fécondité aux allures de ventre plein, dont l'origine serait liée à la présence d'Œufs minéraux composés de grès sous-marins polis par l'érosion des vents et des pluies.

**Un endroit magnétique et inspirant** où toutes les conditions sont réunies pour expérimenter un voyage intérieur, tout en profitant d'une énergie bénéfique lors de micro-ateliers en extérieur. Une très belle salle d'activité de 120m<sup>2</sup> et des logis confortables sont proposés pour le travail et le repos.



## LA PROPOSITION

**Frontière(s), marges et confins** évoquent en premier lieu notre rapport à l'Autre, ce qui est perçu d'autrui quel qu'il soit : l'étranger, l'intrus, l'inconnu, ou bien à notre au-delà aux bornes d'un territoire que nous nous représentons comme extérieur, mais qui bien souvent est établi à partir de nos géographies intérieures.

**Penser notre ailleurs, c'est donc prendre conscience de notre rapport à cet autre qui habite, parfois à notre insu, notre territoire intérieur.** Il peut s'agir de nos peurs, de nos freins, de nos représentations, issus de transmissions, de chocs et de traumatismes, exprimés par un mal-être, des blocages ou une maladie. Cela peut être aussi la présence latente de désirs et de rêves délaissés, de ressources et dons insoupçonnés, parce que quelque chose de non élaboré nous pousse à les enfouir, à nous en détourner. « Sous chaque maladie se trouve l'interdiction de faire quelque chose que nous désirons ou l'ordre de faire quelque chose que nous ne désirons pas. Toute guérison exige la désobéissance à cet interdit ou à cet ordre », écrit Alejandro Jorodovski.

**La « crise sanitaire » a obscurci l'illusion de certitudes rassurantes** — comme celle de vivre dans un monde où tout serait plus ou moins maîtrisé, voire maîtrisable grâce à une approche techno-scientifique dominante. Elle a dressé la mort comme un risque quotidien à éradiquer à tout prix, pouvant aller jusqu'à conditionner notre manière de vivre.

Cependant, parce que c'est la nature même d'une crise, elle a aussi créé **une brèche inédite par où voir autrement et ouvrir nos consciences**. Au pied du basculement, elle nous donne **l'extraordinaire opportunité de découvrir la puissance créatrice de l'incertitude** et nous rappelle de ne surtout pas oublier d'être vivants. C'est alors le moment d'aborder petits et grands chantiers et de laisser chanter notre humanité en interrogeant le prisme de nos passerelles intimes entre le dedans et le dehors.

Dans son ouvrage **"Soi-même comme un autre"** (1990), le philosophe Paul Ricœur définit la souffrance par la diminution, voire la destruction de la capacité d'agir, de pouvoir faire, ressentie comme une atteinte à sa propre intégrité. **« La souffrance est une impuissance à dire, à faire, à raconter, à s'estimer »**.

**L'enquête commence dans l'histoire transgénérationnelle qui nous a façonnés**, enracinés dans le monde secret des aïeux et dans un roman familial tissé de mémoires et de liens complexes, à la croisée de l'intime et de la grande Histoire. Orientés par ces déterminismes génétiques, culturels, historiques, sociaux, familiaux, ou psychiques, nous sommes créateurs d'une histoire qui reflète notre singularité et cherche à construire du sens pour nous préserver de la souffrance.



**Selon la tradition chinoise et l'énergétique taoïste**, les saisons du calendrier lunaire ne commencent pas aux solstices et équinoxes, mais bien avant, à mi-chemin. Au nombre de cinq, elles sont basées sur **la théorie des 5 mouvements** associant un élément, un orient, et un organe, une couleur, une émotion... 4 saisons de 72 jours, séparées d'intersaisons de 18 jours.

**Le Printemps débute avec la nouvelle année lunaire** (la seconde nouvelle lune après le solstice d'hiver) qui aura lieu le 1er février 2022. Il est **associé au Foie/Vésicule biliaire dont il renforce l'énergie pendant toute la durée de la saison.**

Le foie abrite **les Hun, les trois âmes éthérées (spirituelles)** par opposition aux *Po*, les sept âmes corporelles attachées au squelette. Il est **le siège de la décision, agit sur le sommeil et les rêves, est associé à l'émotion de la colère.** "Général de l'armée", il a pour fonction de **faire circuler le Qi dans tout le corps et de nourrir le sang.**

À l'image de la nature qui après la phase de repos de l'Hiver rassemble son énergie sous la terre, cette période abrite **les prémisses d'une phase Yang vers le jaillissement de l'énergie et à la mise en lumière des projets.**

En pleine montée du Yang, la fin du mois de février est donc **la période idéale pour un profond nettoyage des blocages liés à des blessures anciennes et des émotions négatives qui en découlent**, telle que la colère, afin de favoriser l'émergence des énergies nouvelles.



## L'APPROCHE

Nous aborderons **les sens, analogies, résonances liés aux termes « frontières », « marges » et « confins »** avec l'éclairage de mythes et de fictions littéraires ou cinématographiques.

**L'arbre familial sera élaboré progressivement** en lien avec ces thématiques et ce qu'elles inspirent ou révèlent : l'exploration des lignes de forces et de fragilités, leur mise en lien avec l'expérience de la limite et de l'autre (en soi et hors de soi) dans l'histoire de vie et dans le moment présent.

L'Abbaye de Valsaintes ayant été bâtie sur un ancien lieu de culte composé de bassins rituels dont l'Eau sacrée contribuait à la guérison, **un travail en extérieur sur le thème du Bois et du Foie** favorisera la libération des blocages émotionnels et la circulation d'une énergie renouvelée.

**Une plongée dans l'écriture auto-fictive** se fera sous forme de courts récits qui peuvent rester autonomes ou en devenir un seul. Car c'est dans le tissage des mots, dans le tissu de l'écriture automatique que passe, portée par le langage, notre histoire oubliée, nos traditions cachées, cet ailleurs qui nous fait penser, et que souvent nous ignorons encore. Des extraits de textes littéraires illustrant le thème nourriront l'expérience de l'écriture, **abordée sous une forme automatique, de façon ludique, spontanée, mais aussi profonde.**

**La mise en voix des textes écrits** permettra d'ancrer dans le corps et dans la psyché ces pistes d'inspiration, d'interprétation, d'orientation et de transformation.

Au sein d'**un groupe de 10 participants maximum**, chacun évoluera à partir de son questionnement personnel dans un processus réflexif et créatif intime et en partage avec le groupe.

À l'issue de ce travail, les participants auront déployé leur arbre familial et élaboré **un récit de vie reflétant « l'énigme fondamentale » et les cohérences souterraines** qui ont construit leur histoire et formé leur destin, dans la forme littéraire de leur choix (aucun genre n'étant exclu).

**Divers supports sont utilisés** : la parole, l'écoute sensible, le tracé de l'arbre, des extraits d'œuvres littéraires (auto-fiction), l'écriture, les rêves, les photos de famille, les cartes du Tarot, les pratiques rituelles en extérieur...



# LES MODALITÉS

## INSCRIPTION AU STAGE

**Le stage dure 4 jours.** Il commencera le **lundi 21 février** au matin (arrivée-accueil recommandé la veille au soir pour le dîner, sinon le matin même avant 8h) et se terminera le **jeudi 24 février** à 18h.

**Le prix du stage est de 400€.** Lors de l'inscription, un chèque d'arrhes de 150€ est demandé, ainsi qu'un second chèque de 250€. Ce dernier ne sera déposé qu'à l'issue du stage. En cas de désistement, le premier chèque ne sera pas restitué, le second sera rendu. Un entretien de 20 mn (en visio) est proposé avant toute inscription.

### Inscription auprès de **Sandrine Chenivesse**

06 12 99 84 77

larbredenoue@yahoo.com

www.larbredenoue.com

---

***Ce tarif ne comprend pas l'hébergement et les repas qui sont proposés par l'Abbaye de Valsaintes aux conditions suivantes :***

### **CHAMBRES / 3 possibilités :**

Lit en dortoir (douche et WC sur palier) : 30 €/nuit/personne

Chambre (douche et WC sur palier) : 60 €/ nuit/1 personne ou 40€ par personne/si 2 personnes

Chambre (douche et WC inclus) : 70 €/nuit/1 personne ou 50€ par personnes /si 2 personnes

*Ces tarifs comprennent : les draps, le ménage de fin de séjour, l'accès au jardin remarquable et à l'église, le parking gratuit, le wifi gratuit.*

En pièce jointe, vous trouverez un PDF avec **la description des chambres.**

### **REPAS**

Pension complète (cuisine végétarienne abondante et délicieuse) :

38€/jour/personne

Les repas sont servis.

### **Pour réserver votre hébergement avec pension complète :**

contacter **Jean-Louis Moine**

04 92 75 94 19

hébergement@valsaintes.org

*En début de stage, une visite guidée des jardins avec une démonstration de chant grégorien dans l'église nous est proposée par le co-fondateur et veilleur de ces lieux remarquables, Jean-Louis Moine.*

**Anthropologue des religions (PhD), ethnologue et sinologue de formation initiale**, j'ai développé une approche nourrie de **35 années d'expériences, de recherches et de réflexion** centrées sur l'exploration de l'âme humaine, et sur l'Être, son organisation psychique et sociale, sa dimension spirituelle et son engagement dans le monde.

Cette approche est approfondie par **une pratique artistique continue** (écriture, danse, musique, théâtre, clown) qui m'a ouvert une voie de connexion sensible au Soi profond et aux chemins de la métamorphose.

À partir de 1990, je vis au Sichuan (centre de la Chine) dans le cadre d'un doctorat sur **un culte taoïste et chamanique lié aux malmorts et aux transmissions transgénérationnelles**. Je séjourne ensuite dans deux monastères taoïstes. Puis je m'installe à Pékin, poursuivant des recherches sur d'autres cultes, un enseignement universitaire en France (Sciences-Po Paris, IEP Aix, Paris 8) sur la pensée et la culture chinoises, complétés de publications académiques.

De retour définitif en France en 2008, je deviens en parallèle **psychosociologue clinicienne** (Master 2 Pro) et me forme en **recherche biographique et clinique narrative**. J'accompagne en hôpital pénitentiaire (UHSI) la construction du lien soignants/surveillants pour favoriser des soins de qualité aux personnes détenues. J'interviens en supervision auprès d'éducateurs spécialisés travaillant avec des jeunes, délinquants ou souffrant de troubles psychiques, et auprès des agents de structures d'accueil d'urgence.

Puis, je développe **une activité de conseil dans les organisations** où j'accompagne — **par le biais de "détours" inspirés d'un art** — le team-building, l'innovation managériale, le co-développement, le déploiement des qualités imaginatives et créatrices, en situation de transition face au changement (groupe collectif ou coaching individuel).

Formée très tôt à **la psychanalyse et à la psychogénéalogie, et après une analyse didactique**, je crée **le cabinet L'Arbre dénoué**, une consultation de psychanalyse transgénérationnelle, tout d'abord à Saint-Rémy de Provence (2013), puis en parallèle à Marseille et Paris (2019). Les consultations sont regroupées depuis 2021 à Uzès (distanciel et présentiel). J'anime parallèlement des stages résidentiels et des ateliers avec des groupes continus, et donne des conférences.

J'intègre dans ma pratique des éléments tels que **l'écriture, la musique, la photographie, le clown, le théâtre, et le tarot de Marseille, sans oublier l'enseignement du Dao**, comme modes d'appréhension holistiques du monde et outils thérapeutiques.

