

Aï-DÔÏ, un art pacifiant.

Dédié à ceux qui souhaitent construire la paix en eux, avec et pour les autres.



- Vidéos
- Photos
- Articles
- Témoignages
- Toulouse 31
- Mont de marsan 40
- St Palais 64
- Lasseube 64
- sur www.aidoi.com



Etirement, respiration,
conscience corporelle.

Massages
énergétiques.

Verticalisation,
déplacements,
attention.

Rapidité, précision,
intuition.

Concentration,
fluidité.

Dynamique relationnelle
éducatrice à la non-violence active.

Le souffle devient axe vertical, permet l'enracinement, le lien entre terre et ciel puis devient moteur pour les déplacements autour de l'axe central. Les gestes n'engendrent pas de violence, graines de souffrances et de guerres futures, les mouvements sont entièrement spiralés, tant dans la verticalité que dans l'horizontalité, supprimant toute dualité. Pas de dominant ni de dominé : les partenaires s'échangent et s'entraident pour "nettoyer" les mémoires incarnées qui ferment l'être aux perceptions, sensations, concepts mentaux et évolution. Sans aucune violence, il développe le respect, l'écoute et l'amitié par l'échange dans la dynamique relationnelle.