

*« Comprendre le corps, c'est retrouver la source vivante du mouvement,
là où énergie, conscience et matière se rejoignent dans un même élan. »*

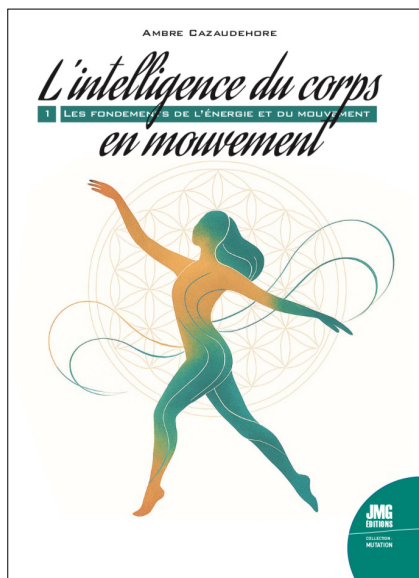
Ambre Cazaudehore

L'intelligence du corps en mouvement

1. Les fondements de l'énergie et du mouvement

Ambre Cazaudehore

Et si le corps n'était pas un simple outil, mais un langage vivant, porteur d'intelligence ?



À contre-courant des approches purement mécaniques ou sportives, *L'intelligence du corps en mouvement – tome I : Les fondements de l'énergie et du mouvement* nous invite à redécouvrir la profondeur du corps comme lieu d'expérience, d'écoute et de connaissance de soi.

Ce premier volume, qui ouvre une trilogie, pose les bases d'une pédagogie du vivant : comprendre comment l'énergie circule, comment le mouvement naît de l'intérieur, comment la conscience façonne notre relation au geste, à la respiration et à l'espace. Loin d'un manuel de gymnastique ou d'une méthode d'entraînement, ce livre explore les principes universels du mouvement, communs à toutes les traditions corporelles et spirituelles, de l'Orient à l'Occident.

Ambre Cazaudehore y partage des années de recherche et de pratique. À la croisée des sciences du corps, de l'énergétique et de la phénoménologie du mouvement, elle offre une approche holistique et incarnée, où le corps devient à la fois lieu d'exploration, instrument de conscience et voie d'évolution.

Argumentaire :

L'intelligence du corps en mouvement s'adresse à tous ceux qui cherchent à comprendre et ressentir autrement leur corps : enseignants, thérapeutes, danseurs, pratiquants d'arts martiaux, mais aussi toute personne désireuse de retrouver une cohérence entre pensée, énergie et geste.

Ce premier tome dévoile les fondements énergétiques du mouvement : ancrage, circulation, équilibre, expansion, rythme, espace intérieur. Il relie les découvertes contemporaines de la neurophysiologie et de la physique des champs à une sagesse du corps vécue. L'auteure montre que le mouvement n'est pas une succession de contractions musculaires, mais une mise en relation de forces : gravité, impulsion, respiration, attention.

Chaque chapitre articule réflexion théorique, expérience sensible et outils pratiques pour éveiller la conscience corporelle. Le propos est clair, rigoureux et profondément humaniste : retrouver l'intelligence originelle du vivant.

Par son approche transversale, le livre bouscule les habitudes mentales : il ne s'agit pas d'ajouter une méthode de plus, mais de changer de regard. Le corps n'est plus un instrument à discipliner, mais un **allié conscient**, capable de dialoguer avec la vie à travers le mouvement.

En pratique : Éditeur : JMG éditions

Distribution librairies en France, Suisse, Belgique et Canada par

DG diffusion (Tel : +33 5 61 00 09 99)

Format : Broché, 155 mm X 210 mm

192 pages – 21,50 euros

ISBN : 9 78-2-35784-428-5



À propos de l'auteure :

Ambre Cazaudehore est chercheuse et pédagogue du mouvement. Amoureuse de la danse, formée au yoga, aux approches somatiques et aux pratiques énergétiques orientales, elle explore depuis plus de vingt ans les liens entre conscience, énergie et mouvement. Fondatrice de l'approche de "L'intelligence du corps", elle anime formations et stages dédiés à la connaissance sensible du corps, où l'observation fine du geste devient un outil d'unification intérieure. Son travail s'enracine dans une conviction simple : le corps est une conscience en acte. Chaque mouvement, aussi minime soit-il, révèle une organisation énergétique subtile et une mémoire vivante. Avec ce premier tome, elle inaugure une trilogie destinée à replacer le corps au centre du processus de transformation personnelle et collective.

Extraits choisis :

« Le mouvement juste ne s'obtient pas, il se découvre. Il émerge quand la conscience cesse de diriger et commence à écouter. »

« Ce que nous appelons énergie n'est pas une force extérieure : c'est la réponse du vivant à notre manière d'être présents. »

« Le corps ne ment pas. Il enregistre, traduit et transmet ce que la pensée ne sait plus dire. »

« La véritable souplesse n'est pas physique : elle est dans la disponibilité intérieure. »

Pour contacter directement l'auteur :

Adresse mail : ambre.franrenet@gmail.com

Tel : 07 67 70 09 21

Site Internet :

<https://centre-devas.fr/>

Contact presse :

JMG éditions

E-mail : auteur@jmgéditions.fr – **Tél. :** 03 22 90 11 03

Diffusion-Distribution librairies : DG diffusion

À propos de JMG Éditions

Depuis 1998, **JMG Éditions** explore les frontières de la conscience, de la science et du spirituel.

Ses collections accueillent des chercheurs, auteurs et praticiens qui interrogent les dimensions invisibles du vivant et les voies d'évolution de l'être humain.

Avec *L'intelligence du corps en mouvement*, la maison poursuit sa mission : ouvrir des chemins de compréhension et d'expérience, où la connaissance redevient vivante et incarnée.

