

Danse et Méditation

La Danse méditative se pratique autour d'un centre, symbole de vie et d'unité.

Uniquement attentifs à nos propres mouvements, portés par la musique et le cercle des participants, nous ne dansons plus : nous nous laissons danser.

Comment prier avec tout son être ? Il s'agit de passer du mouvement à l'immobilité, de la musique au silence, de la danse à l'assise, tout en restant ouvert à soi-même, aux autres, à l'univers, à l'Éternel... C'est ainsi qu'il est possible d'entrer dans la conscience de la profondeur qui habite tout être.

Nous nous appuyerons sur trois axes :

- Détendre son corps par une relaxation.
- Danser sur des musiques de différents pays, en étant en harmonie avec soi-même et avec le groupe.
- Se recentrer par une assise silencieuse pour goûter la PRÉSENCE.

Nous nous vivifions par la concentration, l'expérience partagée et la prière renouvelée.

a) Atelier mensuel, les mercredis de 14h30 à 16h30 :
6 octobre, 10 novembre et 15 décembre 2021,
12 janvier, 9 février, 16 mars, 6 avril, 18 mai et 15 juin 2022

b) Un stage de danse ouvert à tous :
Le samedi 19 mars 2022 de 9h30 à 17h

avec *Anne DESMOTTES*

☎ 01 48 52 33 54

anne.desmottes3@orange.fr

Frais : a) 117€ ou 3 chèques de 39€ b) 45€ repas compris

Fiche d'inscription à envoyer avant le 1er octobre 2021

avec le versement des frais d'animation

« Prieuré Propositions » Marie-Claire Martin

Date d'inscription.....

NOM ET PRÉNOM.....

ADRESSE

CODE POSTAL ET VILLE.....

TÉLÉPHONE

COURRIEL

Je m'inscris à la proposition N°12 a 12 b

Avec mon versement de 117€ en 1 chèque ou 3 chèques de 39€ pour le 12 a.

ou 1 chèque de 45€ pour le 12 b

à l'ordre de CBPSB Épiphanie