

Thèmes des ATELIERS DE DANSE CONSCIENTE

Conscience et Transe animale

Date : **4/10/2011**

Description :

Soirée de transe pour partir à la rencontre d'un de nos animal totem. En lien avec nos mémoires reptiliennes, limbiques et néocorticales, nos cellules vibrent, nos instincts s'éveillent et se réveillent...

Eveil des sens, éveil du corps et du cœur

Date : **10/01/2012**

Description :

L'éveil des sens éveille à la Vie. Se rencontrer au travers les sens, s'autoriser l'échange avec l'autre dans l'ouverture du cœur et le lien de confiance ouvre à plus de présence à soi. La cœur se pose dans un corps détendu qui peu à peu laisse percevoir toute la magnificence de la vie. Nos sens vibrent et rassurent l'être attristés.

Corps axé, cœur ouvert et conscience élargi

Date : **3/04/2012**

Description :

La méditation et danse soufie place notre corps dans son axe et nous donne sécurité et confiance. Irradier l'émanation de son essence dans sa verticalité au cœur du tourbillon de la danse permet de le reproduire dans sa propre vie quotidienne.

Méditations, rythmes et respiration

Date : **15/11/2011 - 21/02/2012 - 19/06/2012**

Description :

Etre dans son rythme, partager un même rythme, rentrer en catharsis afin d'y découvrir cette extase d'amour, cette paix et cette unité à soi, à l'autre, à l'Univers... par le support des méditations actives de OSHO