

Note d'intention

Fluidité et transformation

Samedi 1er avril 2017

Si notre état est figé ou en résistance, par habitude, nostalgie, peur ou bien d'autres choses, la transformation peut être délicate. Mais si l'on accepte les changements potentiels en se laissant faire, on pourra en éprouver du ressourcement et peut-être même une certaine aisance.

Comme il est bon de se sentir ainsi traversé !

Venez donc muscler en souplesse cette plasticité sur laquelle les neurosciences nous éclairent tant aujourd'hui ! La fluidité sera notre quête du jour. Nous nous y lancerons avec nos fidèles montures : postures, respiration, relation, toucher, jeux de groupe et mobilité. Bref, avec la danse !

*ne pas s'identifier à telle ou telle facette de la montagne
laisser la lumière les éclairer une à une
au risque - ou au plaisir ? - d'être surpris*