



**Danses sacrées
et Cercle de parole**

Danses méditatives

Le Souffle
en Mouvement

Marjolaine **BONNANT**

Explorer les archétypes du féminin de l'être par la danse sacrée et le cercle de parole.

La danse sacrée et le cercle de parole

Danser | Ressentir | S'ouvrir | Être relié | S'exprimer | Partager | Être

Accompagnée par des musiques de toute culture et traditions, la danse est une invitation à se relier à soi dans la globalité de l'être et à exprimer par le mouvement une harmonie intérieure. Elle est un tournoiement d'énergies qui nous appellent à accroître notre attention et à être rassemblés en tant que corps, cœur et esprit.

La lecture de mythes, de contes, de textes anciens incite à la réflexion, au questionnement sur la résonance de leur message dans nos vies. Le partage des impressions au sein du cercle de parole stimule le cheminement intérieur et participe au développement de l'être. La danse et le dialogue peuvent ainsi nous ouvrir aux multiples visages du féminin de l'être.

La danse méditative

Rencontre entre méditation et mouvement, la danse méditative cherche à développer une sensation intime du corps, à entrer en vibration avec une qualité d'Énergie supérieure. Elle privilégie le cercle comme figure d'harmonie en perpétuel mouvement où chaque personne a sa juste place dans l'ensemble : conscience de soi, conscience des autres, conscience de soi au milieu des autres.

Marjolaine BONNANT

Accompagner, animer, transmettre ont jalonné mon activité professionnelle d'enseignante, de formatrice et de coordinatrice pédagogique. Un intérêt pour les spiritualités orientales m'a amené à découvrir la danse sacrée et à me former aux danses méditatives et aux mouvements sacrés. Le partage, la relation, la transmission sont importants pour moi. J'ai la joie de partager mon expérience, avec simplicité, en proposant des activités qui participent au développement de l'être, qui mettent en mouvement vers soi, en lien avec les autres et avec l'univers.

Infos pratiques

Danses sacrées et Cercle de parole | Samedi—14:30 > 17:30

5 ateliers/an (voir les dates sur le site)

Danses méditatives | Lundi—18:30 > 19:30

1 séance hebdomadaire (retrée lundi 9 janvier 2023)

Lieu | La Vallée - 35410 Nouvoitou (sud de Rennes à 15 kms)

Ces séances et ateliers sont ouverts à tous, aux femmes et aux hommes. Nul besoin de "savoir" danser. Il suffit juste d'avoir le désir d'explorer de nouveaux chemins d'intériorité.

Association Le Souffle en Mouvement

📞 | **06 31 44 10 00** | Marjolaine BONNANT

✉ | **marjolaine@lesouffleenmouvement.fr**

🌐 | **www.lesouffleenmouvement.fr**

📍 | **La Vallée - 35410 Nouvoitou**

Le Souffle
en Mouvement

