

**A LA BERTAIS SAMEDI 16 NOVEMBRE 2024. 9H30-17H00.**

***DANSE ET MOUVEMENTS SACRES.***

Je propose une journée à l'écoute de notre sensibilité et de notre créativité à travers l'art sacré de la danse. Nous exprimerons, par les mouvements d'attention au mouvement, la présence à soi-même. Cet atelier est ouvert aux femmes et aux hommes, que vous ayez eu ou non une expérience dans le domaine de la danse. Il ne s'agit pas ici de « savoir » danser mais de ressentir et de se laisser être à travers le mouvement dansé. A la recherche de l'expression de soi, nous laisserons place à l'improvisation et vivrons des relations de groupe respectueuses.

Le thème de cette journée qui soutiendra les danses et mouvements s'appuie sur le récit initiatique de Farid-Ud-Din'Attar « Le langage des oiseaux », métaphore du chercheur spirituel en quête de sa propre lumière intérieure. Nous vivrons les danses et mouvements comme un chemin initiatique vers Soi.

**Renseignements et inscription auprès de :**

**Marjolaine BONNANT Tel 06 31 44 10 00**

[marjolaine@lesouffleenmouvement.fr](mailto:marjolaine@lesouffleenmouvement.fr) ---- [www.lesouffleenmouvement.fr](http://www.lesouffleenmouvement.fr)

