



Stage dans le Lot

21-27 août 2022

Zenshiatsu et Danse des 5 éléments

*Qualité du SOUFFLE
et l'importance du VIDE
dans la pratique
du Shiatsu*



Un monde arraché au temps qui passe. Hors du temps.
Loin de la fureur de la ville nous suivons le cours de l'Eau.
Mouvement figé ou décomposé, s'infiltrant au fond du
fond. Cela nous apaise. Et nous donne de l'énergie. Rien
d'autre à faire que de se laisser porter pour se sentir en
harmonie avec le monde.





Stage dans le Lot 21-27 août 2022

Temps suspendu. Frisson d'ailes, caresse d'oiseau, de plumes.
Juste la présence. La vie pourrait s'arrêter là.



Relation sécurisante et nourrissante. Nos racines plongent dans une terre profonde : calmement nous sommes enveloppées, en relation. Chercher une place dans ce monde. Trouver Sa place. Panser dans un lien vivant avec la nature : source d'apaisement, d'accomplissement.





Stage dans le Lot 21-27 août 2022



Ensemble, côte à côte, entre nous le souffle médian nous lie.
La terre donne l'énergie qui nous pénètre...



... L'énergie choisit le mouvement, Le mouvement anime nos corps, nos corps s'assemblent, ensemble et forme un nouveau corps, en corps dont chacun fait partie. L'énergie circule dans ce « nous corps » coloré et vivant. Par la danse nous rendons le QI à la Terre. Et le cycle se perpétue.





Stage dans le Lot

21-27 août 2022

Laisse tomber, c'est l'Automne ne sois pas triste. La spirale t'inspire ? Gauche la Terre. Droite le Ciel. Expire. Au centre c'est le vide. Vase communicant. Souffle médian. C'est important. Un « rien » qui fait le lien. Par là, tout passe. Inspiration...



Braises. Feu couvant couvant. Amour flou
file doux. Par devant, se faufile en riant.
Flamme femme se profile. Etincelle qui
parle. C'est l'été. Nous sommes en Vie.
Danser. C'est gai. Rires.





Stage dans le Lot

21-27 août 2022



Oh ! Homme ressens-toi ! Rêve ou réalité ?
La troupe s'avance libre, en dansant – déploiements de
mouvements symphoniques – unie dans sa diversité d'êtres
et de ressentis.





Stage dans le Lot 21-27 août 2022



Le Bois n'est pas sec, n'est pas fragile non plus, il ressemble plutôt à un éphèbe entouré de quelques déesses sorties de la Terre et qui s'animent au contact de la nature. Une belle rencontre, le yin et le yang s'entremêlent, se confondent, se soutiennent, se stimulent.

Avec la Terre le Yin racine émerge et se manifeste avec douceur... les bassins se laissent aller dans un mouvement chaloupé... on entre dans la danse à deux, à trois, on se croise, on s'enlace, ça balance ... sentiment de bien-être et de plaisir partagé. Emportés, par le courant... l'Eau est douce, enveloppante, on se laisse bercer ... elle devient profonde et nous ensevelit, les fonds marins nous attirent, difficile de refaire surface, pris dans les remous, les courants ... l'énergie rejaillit, puissante et prend en charge les corps qui dansent.

Le Feu du tango, proximité des corps enlacés, l'abbrazzo, cœur à cœur, on essaie de faire quelques pas ensemble, d'improviser ... on s'amuse aussi ... l'étincelle est là, vibrante, plus de retenue ... la joie est explosive !

Métal, piensa me, nostalgie, mélancolie, la voix nous berce, Duduc, Métal profond nous emmène loin, loin dans le passé, dans une vie antérieure peut être ... La transformation est en cours, les souffles ont œuvré, les corps ont absorbé, fait circuler, on repart régénérés !

