

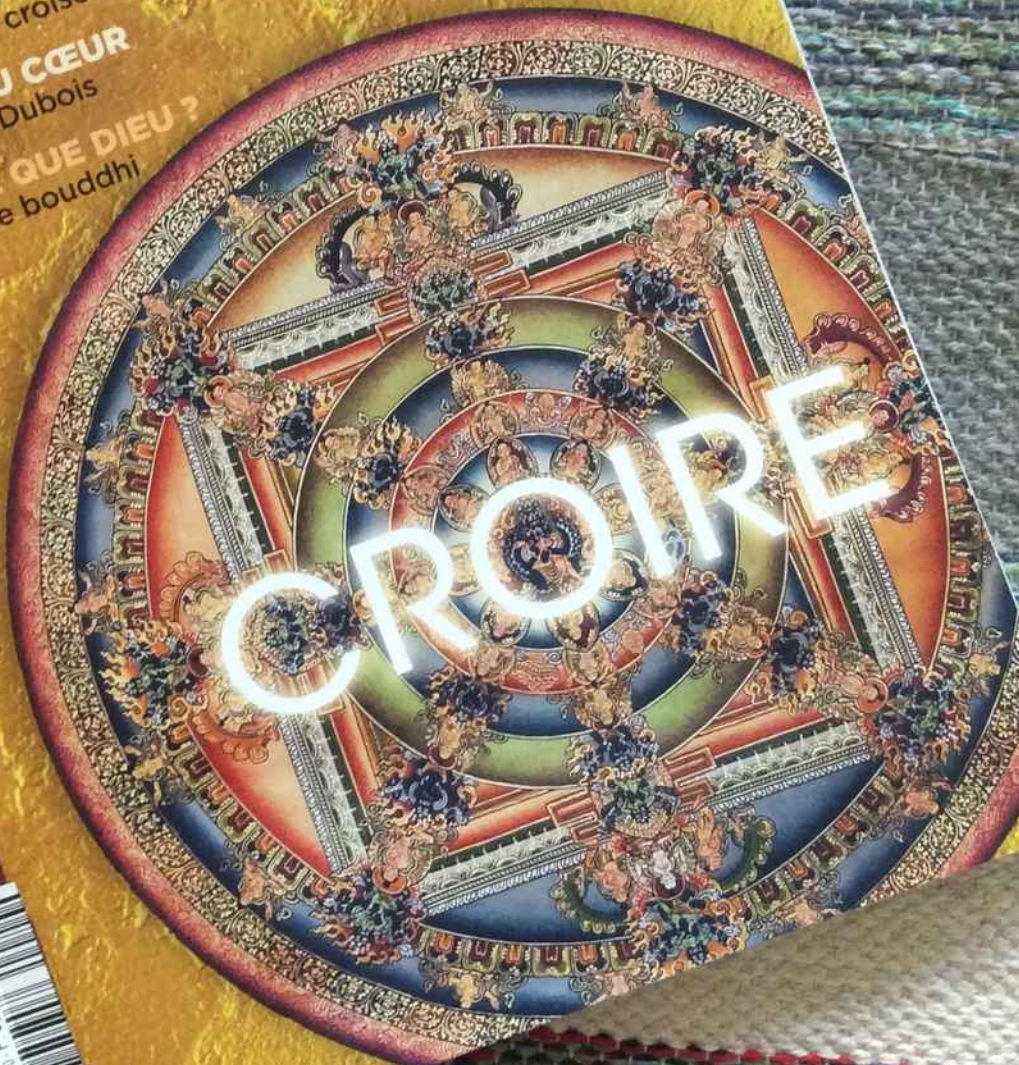
regardbouddhiste

FOI ET CROYANCE
Tant de chemins croisés

LE SUTRA DU CŒUR
Michel Genko Dubois

QU'EST-CE QUE DIEU ?
Le soufi et le bouddhi

CROIRE



regardbouddhiste

23

JAN.
FEB.
2017





ANNICK FIÈRE

Passionnée, Annick expérimente toutes les formes de danses depuis 20 ans.

En créant l'académie de la danse initiatique, elle a mis les femmes au cœur de sa mission. Avec générosité, elle les accompagne avec la danse thérapie à la découverte du Soi. Elle anime aussi la voie du féminin du cercle de vie de Maud Séjournant.

www.academie-danse-initiatique.com

Croire au pouvoir de la danse pour choisir la lumière

SENTIR LE MOUVEMENT EN SOI

Notre corps, cette maison intérieure que nous habitons depuis notre naissance, est une base de données infinie qui stocke chacune de nos émotions, de nos ressentis, de nos états d'être et de nos nœuds intérieurs... Nos mémoires inconscientes sont parfois comme autant d'entraves, d'obstacles ou de simples barrières à notre liberté, au bonheur et à l'amour. Or tout est mouvement, rien n'est figé : ni la terre et les saisons, ni la lune, le jour et la nuit, ni les cycles de vie, ni notre matière, chacune de nos cellules et ce qui circule en nous...

La danse est un moyen intuitif et un outil puissant pour visiter le paysage de nos émotions entassées, figées, cristallisées, pour nettoyer nos ressentis refoulés et nos non-dis enkystés... comme on nettoierait notre maison, de la cave au grenier en passant par chaque étage, chaque pièce, dans le moindre recoin... Ce grand ménage par le mouvement laisse la place à un espace immense libéré de la peur et du jugement, un espace où règne la joie intérieure, la légèreté de l'être, voire l'extase et le sacré.

La danse, grâce au mouvement, nous permet de quitter le jugement pour explorer et percevoir à l'intérieur, dans la fluidité, nos émotions d'hier et d'aujourd'hui. S'ouvre alors le canal de l'émotion nous inondant d'une énergie méconnue et nous plongeant dans un moment de transcendance où nous nous sentons submergés par quelque chose de plus grand, qui n'est autre que l'énergie de l'amour qui pénètre en nous.

Certains l'appellent Kundalini, source divine, éveil, énergie guérisseuse, lâcher-prise ou laisser-être. D'autres l'appelleront Amour, comme le disait Einstein : « Il y a une force extrêmement puissante pour qui jusqu'à présent la science n'a pas trouvé une explication officielle. C'est une force qui comprend et régit toutes les autres et est même derrière tout phénomène qu'elle opère dans l'univers et qui a été identifiée par nos soins. Cette force universelle est l'Amour »

Croire au pouvoir de la danse pour choisir la lumière

SENTIR LE MOUVEMENT EN SOI

Notre corps, cette maison intérieure que nous habitons depuis notre naissance, est une base de données infinie qui stocke chacune de nos émotions, de nos ressentis, de nos états d'être et de nos nœuds intérieurs... Nos mémoires inconscientes sont parfois comme autant d'entraves, d'obstacles ou de simples barrières à notre liberté, au bonheur et à l'amour. Or tout est mouvement, rien n'est figé : ni la terre et les saisons, ni la lune, le jour et la nuit, ni les cycles de vie, ni notre matière, chacune de nos cellules et ce qui circule en nous...

La danse est un moyen intuitif et un outil puissant pour visiter le paysage de nos émotions entassées, figées, cristallisées, pour nettoyer nos ressentis refoulés et nos non-dis enkystés... comme on nettoierait notre maison, de la cave au grenier en passant par chaque étage, chaque pièce, dans le moindre recoin... Ce grand ménage par le mouvement laisse la place à un espace immense libéré de la peur et du jugement, un espace où règne la joie intérieure, la légèreté de l'être, voire l'extase et le sacré.

La danse, grâce au mouvement, nous permet de quitter le jugement pour explorer et percevoir à l'intérieur, dans la fluidité, nos émotions d'hier et d'aujourd'hui. S'ouvre alors le canal de l'émotion nous inondant d'une énergie méconnue et nous plongeant dans un moment de transcendance où nous nous sentons submergés par quelque chose de plus grand, qui n'est autre que l'énergie de l'amour qui pénètre en nous.

Certains l'appellent Kundalini, source divine, éveil, énergie guérisseuse, lâcher-prise ou laisser-être. D'autres l'appelleront Amour, comme le disait Einstein : « Il y a une force extrêmement puissante pour qui jusqu'à présent la science n'a pas trouvé une explication officielle. C'est une force qui comprend et régit toutes les autres et est même derrière tout phénomène qu'elle opère dans l'univers et qui a été identifié par nos soins. Cette force universelle est l'Amour. »

Janvier - février 2017

CROIRE EN LA DANSE DU CŒUR POUR ENGAGER SON ÊTRE

Au delà d'une simple exploration, la danse a le pouvoir de nous libérer de tout, c'est un remède naturel guérisseur, utilisé dans toute les tribus de notre planète par des rites de passage, célébrations et fêtes lunaires.

C'est un outil extraordinaire de nettoyage certes, mais aussi de transformation, qui permet de mettre notre corps au service de notre esprit, une méditation de pleine conscience par le mouvement, un voyage initiatique au cœur de soi :

- En invitant la respiration et le souffle nous pouvons explorer chaque partie du corps, le sentir, l'apprivoiser,
- En invitant le mouvement, instinctivement, nous pouvons laisser chacune de nos plus infimes cellules danser à l'intérieur de soi, nous pouvons faire appel à notre créativité, nous connecter à notre intuition et mobiliser notre magie personnelle.

Par la danse, nous pouvons explorer en conscience dans notre corps plusieurs énergies, la douceur, la fluidité, la sensualité, la force, la rigueur, le rire, la vitalité et des actions essentielles de chaque jour : contrôler, oser ou ne pas oser, retenir, donner, recevoir, ronchonner, jouer, critiquer, juger, aimer, contourner...

Quand nous dansons et que l'émotion nous inonde par surprise, nous apprenons à rester dans le mouvement, à apprivoiser ces tempêtes d'émotions sans juger, en combattant le mental qui essaie de reprendre le pouvoir, en lui riant tout en disant « même pas en rêve tu m'attrapes ». Nous arrivons, pas à pas, à débrancher ce pilote automatique et à rester en présence totale, à soi et surtout à l'autre.

La magie et la puissance de la danse, c'est qu'elle est à la portée de tout le monde, de 0 à 100 ans, il n'y a rien à faire... juste suivre ses pieds et son intuition.

LE PROCESSUS DE LA DANSE INITIATIQUE CONSISTE À PASSER PAR 6 ÉTAPES

- 1 • **La Danse** dans l'éveil de chaque partie de notre corps, l'ancrage aux éléments de la nature, l'exploration des différents rythmes, et les énergies multiples du féminin et du masculin
- 2 • **La puissance des Rituels** pour sortir de ses vieux schémas et des pensées automatiques
- 3 • **La Transe Danse** avec les yeux bandés pour développer la voie du sentir et développer son imaginaire
- 4 • **La Respiration et le Voyage chamaniques** pour connecter les esprits protecteurs et nos anges gardiens
- 5 • **La Créativité** pour créer ensemble et dans l'intelligence collective des danses, des mandalas avec la nature
- 6 • **La Transformation** pour ouvrir de nouvelles portes, être plus libre et intégrer plus de sacré dans sa vie au quotidien

CROIRE À LA DANSE POUR SE GUÉRIR ET CONTRIBUER À GUÉRIR LE MONDE

Pour moi, il n'y a de sens à travailler sur soi que pour s'ouvrir en grand vers les autres, en lien avec le monde, le cœur ouvert et s'offrir vraiment, totalement, avec ce que l'on est.

Le témoignage d'Hélène : « Danser a changé ma vie, libéré mon cœur et sauvé mon âme ».

Nous avons donc une responsabilité à guérir de nos blessures par le mouvement, à chevaucher nos émotions, et ne pas rester dans notre histoire personnelle

Se retrouver dans sa danse, connaître son projet de vie, se réconcilier avec son âme, s'aimer mieux, entièrement pour libérer nos lignées dans la joie, alors danser, danser, danser où que vous soyez et qui que vous soyez.

Faire danser les femmes a changé ma vie, je vois chaque jour leurs beautés, leurs fragilités et aussi leurs puissances invincibles d'être dans l'Amour. Réunir des tribus de femmes avec la danse et dans la danse permet de réconcilier chacune en totalité avec soi-même, de réconcilier le féminin et le masculin en chacune et aussi de réconcilier les femmes avec les hommes du monde.

En 2016, le cancer m'a traversé et je n'ai cessé de danser dans mon cœur avec mon âme pour guérir.

*Quand je danse j'ose m'engager partout
Quand je danse je m'émerveille,
Quand je danse je me sens vivante,
Quand je danse je donne et je reçois,
Quand je danse je suis en pleine possession
de ma créativité et ma beauté,
Et je deviens la danse.*

101

L'Académie de la Danse Initiatique vous propose des cercles de femmes, des week-ends, des cycles pour se transformer dans la joie

Programme 2017

- Boussole d'Or (3 week-ends)
Groupe continu sur son projet de vie
- Cycle Mandala Toltèque (3 week-ends)
Intégration dans le corps des 4 Accords Toltèques de Miguel Ruiz
- Voie du féminin du cercle de vie de Maud Séjournant en mai et novembre (5 jours)
- Cercle de femmes en février, en mai, en juin, en novembre, en France, en Inde, à la Réunion et à Bali

academie-danse-initiatique.com

