

Biodanza®

Avec Michèle De Moor et Philippe Vanheghe

Professeurs de Biodanza formés à l'extension « Le Parcours du Héros » par les créatrices de cette spécialisation, Michele San Pietro et Sonia Zavoli

Ateliers du dimanche - Thème de l'année :

« Le Parcours du Héros »

Une quête existentielle en 12 archétypes

Introduction :

Réveiller le héros en nous signifie, commencer à se retrouver, être en mesure d'entrer en contact profond avec nos rêves, nos désirs, avec ce que nous sommes vraiment et trouver le courage de réaliser notre vie.

Lors de ce voyage, nous sommes aidés par 12 guides intérieurs ou archétypes répartis en

3 étapes (chacune avec 4 archétypes) :

Le départ : Les premiers archétypes nous aident à préparer le voyage et stimulent confiance, courage, optimisme, autonomie, diligence envers nous-mêmes et les autres.

Le voyage : Le héros sort de son environnement et part à la recherche de sa véritable vocation. Il entreprend son voyage existentiel.

Le retour : Le héros, après avoir recherché et expérimenté la vie à la rencontre de sa vocation, se connaît mieux lui-même. Ce qu'il a construit, son royaume, se révèle à lui.

1^{ère} étape : Le Départ

Le 17 Février : L'Innocent

L'innocence est la condition initiale et fondamentale de l'être humain. L'innocent est notre partie intacte qui nous aide à récupérer le lien premier avec la vie. Il nous aide à nous libérer des structures de l'Ego et nous conduit à l'essentiel : trouver la joie dans les choses simples et observer le monde avec les yeux de l'enfant qui le regarde pour la première fois !



Le 7 avril : L'Orphelin

C'est le moment des premières incertitudes et la naissance d'une recherche d'identité et d'acquisition d'une certaine autonomie. En même temps, naît le besoin de faire partie d'un groupe où il peut se reconnaître. C'est l'étape du changement propre à l'adolescence avec toutes les émotions qui l'accompagne et qui demandent d'être accueillies



Le 19 mai : Le Guerrier

Quand le guerrier rentre dans notre vie, nous apprenons à développer la force qui est en nous !

C'est celui qui nous donnera le courage d'entreprendre nos défis et de définir nos options existentielles. C'est le moment d'établir un plan et une stratégie pour atteindre nos objectifs et de concrétiser la création existentielle de soi.



Le 16 juin : L'Ange Gardien

Il est l'archétype qui habite notre inconscient et réveille nos intuitions. Il amène notre besoin de croire en la pureté de notre âme, en la confiance dans les autres, dans la vie et dans ce qui nous arrive. Il nous aide à découvrir les autres par le regard de l'enfant, innocent et sans attentes et développer un sens fort d'empathie et de compassion.

C'est l'invitation au contact avec notre partie « sacrée » et lumineuse.



Aspects pratiques:

Comme il s'agit d'un voyage à la découverte de soi, l'idéal serait de pouvoir participer à chacune des étapes. Il est naturellement possible que vous participiez uniquement aux étapes où vous êtes disponibles.

Lieu : Salle Paroissiale Saint-Louis, Rue de la Gendarmerie 18, 5330 Assesse *

Horaires : De 10h à 17h. Accueil dès 9h45.

Repas de midi : Auberge espagnole.

Prix : 55 euros pour la journée

Inscription indispensable ☺: un mail, un sms ou un petit coup de fil dès que possible.

Pour plus d'information et inscription :

0498 61 41 46 / demoormichele@yahoo.fr / www.biodanzamdm.be

* **Itinéraire :**

En venant de Leuven-Liège-Namur -Charleroi :

Au carrefour de Dausoulx, prendre la **E411** dir Arlon.

Au croisement avec la **N4**, prendre celle-ci, direction Arlon.

Après quelques kms : prendre la **sortie « Gesves / Assesse Centre »** : suivre Assesse

Dans le centre d'Assesse, en face de l'église, prendre à droite la rue de la Gendarmerie.

La salle se trouve au croisement suivant face à vous.

En venant du sud (Marche ...) :

Prendre la **N4** direction Namur- Sortir à « **Gesves/ Assesse** »

Prendre la rue du Pourrain à gauche vers Assesse.

Dans le centre d'Assesse, au croisement avec la chaussée de Marche, prendre à droite puis directement à gauche dans la rue de la Gendarmerie.

Les prochaines dates :

2^{ème} étape : Le Voyage

7 juillet (à Gembloux !!!) : Le Chercheur

Pour nous aider dans la recherche de notre véritable vocation

4 août : Le Transformateur

Accueillir les moments de chaos pour trouver un nouvel équilibre et avancer sur notre chemin

22 septembre : L'amoureux

Etre courageux dans l'ouverture et l'accueil de l'amour et de ses émotions

20 octobre : Le Créateur

Créer sa propre vie, sa propre réalité, son identité et prendre conscience de sa vocation

3^{ème} étape : Le Retour

17 novembre : Le Souverain

Défendre et nourrir son « royaume », son espace de vie et son environnement

15 décembre : Le Magicien

Se mettre en harmonie avec le cosmos, la nature et l'humanité

Début 2020 : Le Sage

Rechercher la clarté intérieure

Début 2020 : Le Fou

Se lover dans les plaisirs offerts par la vie.