



Heartbeat: Peace and Quiet

WITH **Andrea Juhan**

May 4 -6, 2012
Paris, France


OpenFloor.org



Heartbeat: Peace & Quiet

WITH **Andrea Juhan, PhD**

4 - 6 mai 2012
Paris, France

Ce stage est dédié à l'exploration du coeur de la quiétude par la danse. Nous sommes nombreux à aspirer à une profonde connexion à nous-même et aux autres, à ces moments où l'on se relie sans effort.

Nous voici plongés dans la danse où il s'agit de ne rien faire - avec notre présence incarnée pleine et entière. La quiétude nous offre le vaste espace du silence pour déployer notre créativité et trouver la danse qui nous unit à lui. Cette pratique est le fondement de la compassion : comment cultiver le calme, la stabilité et l'ouverture du coeur, sans se détourner ; comment apprendre à garder le coeur ouvert et à mettre en mouvement tout ce qui émerge en lui.

Parfois on s'imagine que la quiétude est simplement le moment de repos à la fin de la vague. Mais l'expérience m'a montré que c'est au contraire là, quand la quiétude se fait au sein de chacun, que peut se faire le travail avec le plus fort potentiel de transformation. Soyez prêts à entrer profondément en relation avec vous-même et avec les autres!

Prix 230 euros (attention : nombre de places limité!)

Ce stage représente 15 heures de prérequis de niveau "heartbeat" pour la formation.

Informations et Inscriptions :

Lucie Nerot

Lnerot@yahoo.fr

+33 (0) 609 32 48 77

www.dancingacrossborders.com

www.openfloor.org

Lucie Nérot
Danse des 5 Rythmes

