

Danse

La danse alchimique De la danse-thérapie à la danse de l'Être © par Fabienne Courmont



Photo : C. Sivette - J. Sainte Marie

“L'art est une blessure transformée en lumière » G. Braque

Le but de la danse de l'Être n'est pas de soigner mais de « Révéler les Êtres à eux-même, les libérer de leurs entraves, leur faire découvrir la part de Divin qui est en eux » (Isadora Duncan).

Elle permet le passage du chaos à l'harmonie, afin que chacun redevienne qui il est : un Être de lumière.

Elle est basée sur le principe de l'énergie de vie qui circule librement en nous, quand il y a harmonie. L'énergie de vie est le thérapeute. C'est elle qui va agir et aller là où il y a besoin.

L'abandon à ce mouvement d'énergie amène à un processus alchimique de transmutation des corps par l'énergie.

Nous pouvons donc parler de danse-thérapie dans le sens premier “qui met en harmonie” et non dans le sens de soigner la maladie.

L'harmonie est divine, le chaos nous ramène dans les ténèbres. Les deux se côtoient dans notre danse, tant que nous vivons dans le monde de la dualité. En effet, les forces de vie et de mort sont inhérentes au processus de création à travers les cycles de naissance, déploiement, mort et transformation.

La danse en nous mettant en contact avec le mouvement même de la vie, nous permet de vivre ce processus de création-destruction permanente. Je cite souvent dans mon enseignement cette phrase du Tao : « du chaos naît une nouvelle harmonie », pour illustrer ces forces antagonistes et complémentaires inhérentes à la création, afin de mieux les aborder dans notre danse.

Tout l'art de la danse de l'Être est de permettre la métamorphose entre force de destruction et force de création, amenant la personne à vivre une alchimie interne dans son corps.

Elle apporte ainsi une régénération jusque dans chacune de ses cellules et

une nourriture pour l'âme. C'est pour moi de ce fait un merveilleux outil de transformation et d'évolution.

Plus le danseur s'ouvre à la lumière et aux forces de vie, plus il capte les vibrations élevées des mondes de beauté que ses mouvements fluides et harmonieux reflètent. Inversement, s'il est en contact avec les forces de mort et ses ténèbres intérieures, sa danse prend une forme tendue, noueuse, anguleuse, éclatée, déstructurée.

Dans cette perspective, l'enseignement de la danse doit aider les personnes à développer en eux l'essence même du mouvement de vie et l'élan créateur en intégrant les phases de destruction et de chaos.

C'est en transformant nos blessures en lumière que nous touchons à la transcendance de la danse alchimique.



Fabienne Courmont

Celle-ci est soutenue par des symboles ou des images archétypales qui permettent à l'alchimie propre à chacun de se faire par l'intention et l'imagination associées au vécu corporel. C'est par et dans la danse que l'alchimie va s'accomplir. En cheminant à son rythme, chacun va pouvoir vivre ses propres métamorphoses. Ce n'est pas un art où seule la création est importante, ce n'est pas une thérapie analytique, mais une « danse-métamorphose ». L'interprétation et les mots viennent après mais ne sont pas toujours nécessaires. Ne pas chercher à tout comprendre permet à la transmutation de se faire.

L'accompagnement se fait donc avec la plus grande discrétion. Laisser la personne cheminer par elle-même et recevoir les prises de conscience et révélations sans interférence est essentiel pour rendre la liberté à chacun. La liberté est un des attributs de l'Être.

Contact : Fabienne COURMONT
Danseuse-chorégraphe
Danse-thérapeute, Créatrice
de la Danse de l'Être ©, membre
du Conseil International
de la Danse (C.I.D.)
www.danse-de-l-etre.fr
ladansedelete@orange.fr

Stages Ecoles Formations

Hypnose Humaniste & Ericksonienne Devenez créateur de votre bonheur

Deuil, divorce, changements de vie, difficultés relationnelles, confiance en soi, hypersensibilité, dépression, addictions, allergies, troubles du sommeil...

Judith Vallon
06 12 48 04 96

Olivier Girard
06 68 74 07 77

www.hypnosehumaniste.com

Toulouse

JARDIN DE THÉRAPIES

MEDSON

STAGES ETE 2013 :
« VOYAGE EXCEPTIONNEL AU CŒUR DE LA DANSE SACRÉE, SUR LES TRACES D'ISADORA DUNCAN »
à ATHÈNES - 15 au 20 Juillet
« RECONNEXION À NOTRE ÊTRE DE LUMIÈRE »
4 au 10 Août à AUBENAS
« EVEILLER LA MÈRE DIVINE EN NOUS »
20 au 24 Août à RENNES LE CHÂTEAU
« 4^{ème} RENCONTRE DES TISSEURS DE LUMIÈRE »
9 au 12 Mai à SOMMIÈRES
FORMATION INTERNATIONALE en Danse-thérapie « Danse de l'Être © »
certifiée par le C.I.D :
prochaine session octobre 2014
(inscription ouverte)