

“

DANSE ET EXPRESSION CORPORELLE #1



● **Danser les yeux fermés, et
explorer d'autres sens ...**

● Avec Fabienne HAUSTANT, Danseuse professionnelle,
● créatrice de « Danse les yeux fermés »

**DANSE
LES YEUX
FERMÉS**



Source : <http://www.danselesyeuxfermes.fr>



Des ateliers

“Danse les yeux fermés...”

• • •

Les cours sont positifs, vivants et surtout accessibles à tous, quel que soit l'âge...

- Pour qui ...
- Comment ...

Corps, mouvement, et perceptions...



Source : Canva

Un sixième sens : le sens du mouvement ?



« C'est la combinaison dans le temps et l'espace de ces éléments et les jeux de partenaires qui font à la fois le génie du chorégraphe et la richesse expressive de la danse. »

– Alain BERTHOZ

« Loués soient nos sens, ils nous font sortir magiquement de certains états de choses vibratoires, la lumière et les couleurs, ou la chaleur, d'autres les sons ; ils nous restituent les forces d'attraction chimique comme saveurs et odeurs. » - H. VON HELMHOLTZ

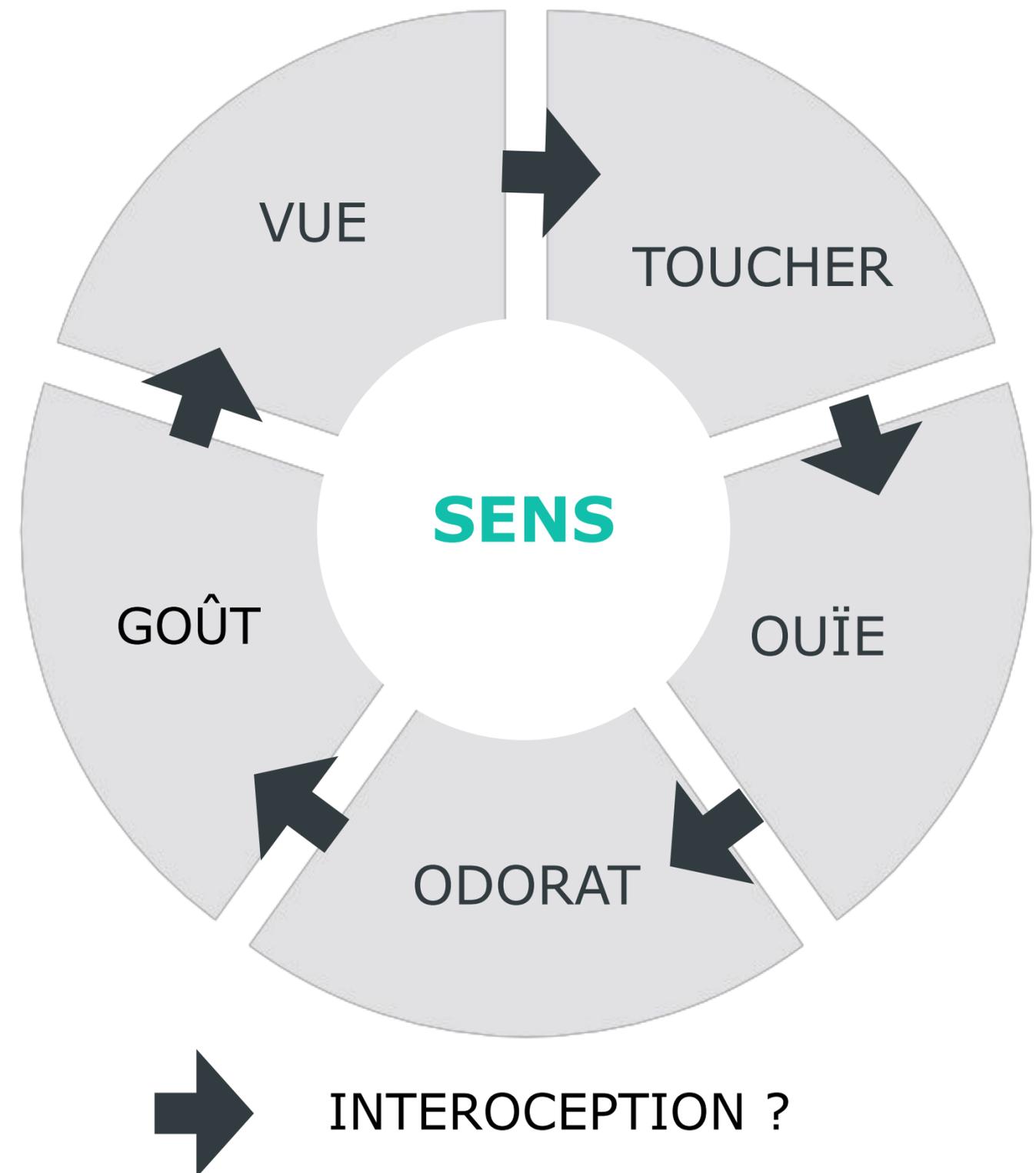
DANSER AVEC NOS SENS ?

L'interoception

L'interoception est la capacité que nous avons à percevoir l'état de notre corps, du battement de notre cœur au mouvement de nos intestins.

On découvre un peu plus chaque jour l'étendue de son rôle, de la régulation de notre température corporelle à la perception de nos émotions.

Nos pensées, nos sentiments et nos comportements sont façonnés, en partie, par ces signaux internes qui proviennent de notre corps. Une conscience physiologique de soi qui fait de nous des êtres « viscéralement conscient ».





La phénoménologie

“C'est l'idée que l'on va revenir aux choses mêmes, on va décrire la manière dont on perçoit les choses, la manière dont on les vit. Plutôt que d'aborder les choses de façon très abstraite, on va en quelque sorte partir de l'expérience vécue. C'est une méthode qui permet de partir du corps”

Clara Da Silva – Philosophe

***"Le déplacement est dégagement.
Il s'agit de se libérer de nos gages, des entraves, matérielles tout
autant que psychologiques.
Se défaire d'une place, qui nous a longtemps définis, revendiquer
une autre identité, avec parfois le sentiment de trahir celui que
l'on a été, ou que les autres voulaient que l'on soi.
Il y a toujours une forme de violence et d'arrachement, ne
serait-ce que symbolique, dans ces changements de place, dont on
décide ou qui s'imposent à nous.
Mais il y aussi, sans doute, une excitation de la libération, une joie
dans la bousculade que cela provoque, un enthousiasme dans
l'expérimentation d'autres emplacements." "***

- Claire MARIN, 2022

Merci

À Fabienne ...

