

## C'est quoi, un stage de "Danse et Astrologie"?

par Marieke de Koning, Astrologue consultante, formatrice agréée pour le 1er cycle en Astrologie Humaniste Appliquée® et artiste chorégraphique.

La question revient toujours!

- *"Mais ça veut dire que tu dances les signes? Les planètes?"*

- *Oui, c'est à peu près ça...*

- *Mais alors comment tu fais? "*

...Là, ça devient plus compliqué : est-ce que je fais une démonstration?!

Ou bien j'écris quelques mots? "

### **A l'origine**

Lorsque j'ai commencé, il y a trente ans, à me plonger dans le langage astrologique j'étais déjà danseuse.

Chaque étape qui jalonnait ma découverte de cette nouvelle langue était accompagnée d'images, de sensations, de rythmes, de postures, de tonicités, de situations, de scènes bien spécifiques. J'étais inspirée. Les symboles astrologiques inspiraient mon corps, l'invitaient à se mouvoir, à se vivre autrement. A aborder ma présence au monde d'un angle encore différent, me dévoilant ainsi toute la richesse du vivant et tant de facettes de sa manifestation à travers le corps.

J'étais émerveillée d'avoir ainsi accès à la perception physique d'un symbole, d'un concept.

Ma connaissance de l'astrologie, de plus en plus claire et structurée avec l'Astrologie Humaniste Appliquée®, était naturellement accompagnée d'une "incorporation".

En développant les sessions "danse et astrologie", je transmets cette double approche: le corps et l'esprit en mouvement, dans une synergie.

### **Concrètement**

Alors, un exemple de transposition ?

Les principes fondamentaux du mouvement dansé sont : le temps, l'espace et le rapport à la gravité. Jouer avec, changer l'un de ces trois paramètres, et on observe une transformation de la motricité, de la qualité de mouvement. Prenons maintenant le zodiaque : ce sont 12 types d'énergie, en lien avec les éléments, les forces de jour / forces de nuit, les dignités. Chaque signe présente un rapport au temps, à l'espace et à la gravité différent .

Je peux citer par exemple la différence entre l'énergie de type Bélier - rapide, qui bouge et se déplace en changeant souvent de directions, avec un rapport très dynamique à la gravité et une motricité motivée par l'action - et celle de

type Taureau - lente, avec un rapport à l'espace plutôt intérieur ou de proximité, une forte densité gravitaire et une motricité motivée par la recherche de plaisirs sensoriels. Ainsi chaque symbole du langage astrologique (zodiaque, planètes, maisons, aspects) s'associe tout naturellement à certains "principes" de mouvement, générant une façon de danser singulière.

Dans les sessions de Danse et Astrologie, il est question de conscience-présence corporelle, et de mouvement. Je guide les stagiaires avec des mots, des indications précises, des images, des musiques, afin qu'ils dansent en fonction de leurs propres capacités physiques mais dans une qualité de mouvement bien particulière. J'induis un certain type de motricité en fonction du sujet, du symbole astrologique dont il est question. Les mises en situation sont parfois individuelles, en duo, à trois, à quatre ou collectives, toujours en fonction de ce sur quoi nous travaillons.

Alternativement il y a des temps plus théoriques, où j'apporte aux stagiaires les éléments de connaissance astrologique nécessaires pour faire le lien entre la danse vécue et le sens symbolique. Les stagiaires travaillent sur leur propre thème astral, et je leur fournis les bases de compréhension suffisantes pour le sujet du stage. Chaque stage aborde une fonction - planète- en profondeur. Tous les autres référentiels sont abordés très synthétiquement, car chaque planète se trouve dans un signe, une maison, et en aspect(s) à d'autres planètes. Le cheminement du stage se fait du plus global ( exploration des archétypes ), vers le plus singulier (chaque stagiaire étant amené à préciser de plus en plus comment il-elle vit cet archétype).

### **Pour aller où?**

Pour les stagiaires déjà familiers avec l'astrologie, ce sera une occasion de vivre, d'incarner et d'intégrer leurs connaissances à un autre niveau, et/ou de découvrir le symbolisme d'après l'approche Humaniste Appliquée. Ce peut être une porte d'accès à une nouvelle façon de vivre leur corps en mouvement.

Pour les stagiaires plus familiers avec la danse, c'est l'occasion d'apporter une dimension philosophique et spirituelle à leur pratique. Enrichir la danse de sens, prendre conscience de la dimension profonde de son propre langage corporel, allier plaisir de danser et connaissance de soi par la découverte de l'Astrologie Humaniste Appliquée®.

Pour chacun-e, celles et ceux qui ne sont familiers ni avec la danse ni avec l'Astrologie, pratiquer les deux ensemble permettra de mieux se connaître et de s'ouvrir à des potentiels de développement, de découvrir deux pratiques enrichissantes et complémentaires.