

LE CORPS DANSÉ

Il est l'heure de se laisser danser ; laisser La Vie nous danser. Si la danse est l'art accompli du mouvement, inhérente à l'humain, elle est une voie privilégiée pour réaliser la réconciliation entre le corps et l'esprit, la *reliance* entre l'intime et l'universel. C'est en cette réconciliation, qui accueille et invite nos émotions à se danser, que s'affirment l'harmonie et la beauté du vivre. C'est ce cheminement que nous propose cet ouvrage, un cheminement tout à la fois *artistique* et *thérapeutique*. Et cela ne peut être que par un axe poétique, une voie qui transcende, dans la redécouverte du mouvement créatif, l'ordinaire vision mentale et son cloisonnement.

Dynamique immanente au vivant depuis les origines, la danse en nous ne s'est-elle pas un peu repliée sur elle-même, dans un petit coin de notre mémoire encombrée d'illusions ? Ne sommes-nous pas devenus sourds à son message de délivrance intérieure ? Chacun à notre façon, en réapprenant à nous laisser danser par la vie, par le cœur, nous pouvons contribuer à faire de notre existence une belle création.



Patrick Ehrhard est chorégraphe, professeur de danse contemporaine, sophrologue RNCP et peintre. Il est spécialiste en sophrologie du sport, sophro-créativité et art-thérapie (sophro-mouvement). Sur son chemin, chorégrapheur, enseigner et accompagner forment un tout indissociable vers l'épanouissement de l'Être. Il est l'auteur de La conscience verticale (Ellébore, 2009).

Collection dirigée
par Claude Lorin

Photo de couverture : Frank Joseph
(collection de l'auteur).

ISBN : 978-2-343-15740-5

25,50 €



L'Harmattan

Patrick Ehrhard

LE CORPS DANSÉ

Patrick Ehrhard

LE CORPS DANSÉ

Une voie de réconciliation



Préface de Claude Lorin

Art-thérapie

