



**Biodanz'Art/Pro Vie Danse**  
Biodanza Système Rolando Toro  
Evènements, Stages, Groupes réguliers  
<http://www.biodanza-med.com>



## LE GOURMET DES SENS

**Hélène Lévy Benseft & Guy Bélanger**  
**3 au 5 Août 2018 – Hameau de l'Etoile**

Pour nous livrer leur essence, certaines expériences demandent du temps et une qualité de présence particulière à soi et à l'autre.

C'est le cas de l'érotisme. La vivencia érotique évoque, suggère et nous effleure plus qu'elle n'impose.

Elle est une initiation subtile, sensible et raffinée. Elle se déploie dans l'émerveillement de la saveur des sens.

Sentir, goûter et savourer est un art gourmand. Celui du gourmet. Cet art suppose un rythme de vie loin des cadences effrénées, des exigences et des contraintes. De tout ce qui est lié à la performance. Est gourmet tout être qui sait embellir les situations les plus simples de la vie grâce à une sensibilité particulière : celle de la délicatesse et du raffinement.

« Le rythme, c'est l'âme des choses. Ce n'est pas une cadence, mais bien une substance. »  
(Alexandre Jardin)

Dans un quotidien marqué par l'accélération du temps où tout doit aller vite, nous risquons de passer à côté de ce qui a besoin que nous ralentissions les cadences. Par contre, dans le temps que l'on saisit par nos sens éveillés, le présent se dilate dans les sensations qu'ils peuvent capter.

Ils nous offrent alors les bouquets enivrants de saveurs secrètes. Ce qu'il nous faut, c'est de savoir nous laisser capturer par chacune d'elles.

L'éveil des cinq sens dans le rapport au temps – *ici et maintenant* – et à l'espace – *celui des corps* – est une initiation à un hédonisme du quotidien.

Notre proposition, pour ce stage, est une invitation à dévoiler la substance de l'érotisme de vivre. Dans son essence libre et légère, que seule la dimension du « ici et maintenant » de la vivencia est en mesure de révéler.

Par nos danses, nos élans, nos explorations, nos abandons, ces trois jours seront sera une célébration des sens. Afin d'en savourer l'essentiel et d'assouvir en nous les gourmets et gourmands assoupis.

**INFORMATIONS PRATIQUES AU VERSO.....** 

