

# **Le Deep-Conscience – Nous sommes tous le professeur de quelqu'un**



**Le concept « Deep-Conscience » vise à répondre aux besoins de personnes désirant se sentir plus à l'aise dans leur corps et nécessitant de travailler en vue d'un rapport harmonieux entre le corps et l'esprit.**

Le projet comporte deux aspects : la pratique de la danse et le retour méditatif sur soi. Les enfants sont mis en situation d'être danseurs au sens complet du terme : exécuter des gestes et penser la justesse de chacun par rapport à son état d'âme, pour une « pleine conscience » du mouvement comme alliance entre le corps (la posture) et l'esprit (les émotions, les intentions).

La médiation par la mise en action comme le permet l'outil artistique entre dans le cadre d'une pédagogie de l'expression.

La création artistique mobilisée permet de découvrir des

techniques d'expression corporelle, d'expérimenter et de développer une mobilisation consciente de l'univers intérieur.

L'objectif est de rendre les personnes plus conscientes d'elles-mêmes et plus sereines quant à leurs possibilités d'apprendre, de créer, de coopérer et de s'affirmer comme membre d'une communauté devant laquelle ils sont ou seront rendus disponibles pour « s'exposer ».

Les ateliers de création dansée leur permettent d'apprendre un nouveau type de langage, celui du corps, et un nouveau mode de communication de ses émotions et de son intention.

Ils sont amenés à les essayer d'abord et à se confronter ensuite à l'effort de tenter de les utiliser (si ce n'est de les « réaliser ») au mieux d'un point de vue esthétique et artistique afin que le chemin de leur mouvement leur soit agréable, c'est-à-dire épouse leur structure physique, émotionnelle et mentale. Il s'agit ici de développer la disponibilité corporelle, qui passe par le développement de la coordination, de la fluidité et de la maîtrise des mouvements (rythme, force, orientation, etc.), le travail de l'équilibre, l'exploration des sensations (contact avec le sol, le corps des autres, etc.) et de l'espace, la visualisation des temps (celui de la musique, celui de la danse, celui du danseur, celui du spectateur...).

Par la création, c'est une expression travaillée par l'exigence de précision et de justesse qui est visée. C'est un geste, un message, une forme portée par une sensibilité intime qui est atteinte au prix d'un vrai travail : cette exigence et cette technicité travaillée pendant les ateliers de création sont la garantie de la qualité et de l'intérêt éducatifs, ainsi que de la plus-value culturelle et identitaire de l'action. Ces compétences acquises permettent de travailler la prise de conscience et de confiance des êtres en leurs ressources, notamment en leur capacité à apprendre et à s'adapter à la nouveauté.

Par la démarche d'introspection et de méditation qui leur est proposée en parallèle, cela vise à étayer leur rapport à la notion d'intention, en leur faisant d'abord appréhender leur rapport à l'espace, à l'esthétique et au message véhiculé par une gestuelle individuelle. La structuration du groupe en « collectif d'artistes » les amène à expérimenter travail en commun pour promouvoir leur expression individuelle : ils incarnent leur propre intention (à laquelle ils accèdent au fur et à mesure des séances) dans le cadre d'une chorégraphie collective.

Les temps d'introspection par la théorie et de méditation les amènent aussi à prendre conscience des enjeux de l'atelier auquel ils participent dans le cadre de leur parcours et leur permettent de prendre conscience et de réfléchir le travail éducatif en cours chez chacun d'eux.

De plus, ces séances de travail permettent de travailler le positionnement dans le groupe, d'expérimenter l'écoute de l'autre en accord avec sa propre expression.

**Qui est la créatrice du concept deep-conscience ?**



Dorothee Poidevin

Le Deep-Conscience est né pour moi-même et pour nous tous, nous sommes tous le professeur de quelqu'un. D'une méthode autodidacte grâce à mon enfance libre, j'ai appris à apprendre au travers d'eux et à travers la pluralité de leur enseignement, mais aussi de mes capacités synesthésiques. Il est évident que selon le cycle normatif les professeurs devenus et en devenir sont mes professeurs. J'ai été, je suis et serai toujours observatrice de mes propres observations ; témoin du résultat concluant qui me permet de faire progresser ce concept afin de le rendre mature un peu plus chaque jour que je l'exerce. Les émotions elles ont besoin d'être nommées et reconnues pour y mettre l'accent.

[deep-conscience.com](http://deep-conscience.com)



## **SE FAIRE CONNAÎTRE**

*La Presse Galactique est heureuse de rendre son réseau disponible à tous celles et ceux qui désirent faire connaître leurs aptitudes, leurs dons, leurs réalisations et leurs projets. Le Nouveau Monde n'est pas quelque chose qui doit venir un jour; le Nouveau Monde c'est nous qui nous exprimons à travers notre vraie nature, en toute simplicité et authenticité. Voilà enfin une tribune libre pour nous propulser et mettre en action aujourd'hui le service que nous sommes venus rendre sur cette planète.*

*Pas besoin d'avoir un titre, une maîtrise ou d'être habile en écriture, on va vous aider avec ça, le plus important est d'être authentique et vrai dans ce que vous désirez faire connaître.*

[CLIQUEZ ICI POUR PLUS D'INFOS SUR LE PROGRAMME SE FAIRE CONNAÎTRE](#)

[OU POUR LIRE LES ARTICLES DÉJÀ PUBLIÉS !](#)