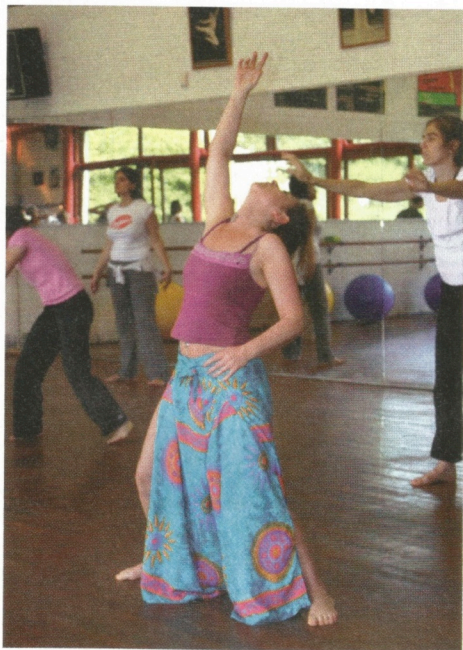


PRIMA MATERIA

Au cœur du Mouvement Conscient

Danser pour aller à la rencontre de son intime Vérité... Tel est l'itinéraire initiatique que propose Virginie Lommel, au travers d'un travail corporel basé sur le ressenti et l'expression. Par le mouvement conscient, cette action alchimique sur la « Prima Materia », l'essence de l'Être, induit une transformation profonde et libératrice. Une révélation.



Une femme danse. Ni danseuse aguerrie, ni garante d'une technique. Non, elle est danse. De tout son corps, de tout son cœur, de toute son âme. Spontanément, les mouvements naissent, jaillissent et rayonnent du centre de son Être. La voilà qui se déploie. La femme qu'elle est profondément se révèle, exprimant sa vérité intérieure. C'est d'une telle sensibilité, d'une telle puissance, d'une telle intimité... d'une telle beauté, que j'en ai des frissons ! Cette participante à un stage Prima Materia me fait penser à une poésie d'Henry Bauchau : « J'ai vu mon âme sur un fil, elle dansait... » Sentant mon trouble, Virginie Lommel me partage, qu'en effet, « on n'est pas habitué à se montrer dans toute sa vérité, même quand il s'agit de faire l'amour ». Née dans une famille de danseurs classiques, elle a d'abord suivi cette trace, enseignant la danse classique durant plus de dix ans. Des études de médecine, ainsi qu'un parcours en psychiatrie juvénile et milieu hospitalier, l'invitent à développer sa propre pédagogie d'enseignement, respectueuse des limites corporelles et psychologiques de chacun. L'humain est au cœur de sa démarche. Mais elle se sent encore trop à l'étroit... Virginie Lommel transcende alors son art et développe un outil d'expression, d'éveil global. De mouvement « libre ». « Le mouvement mécanique induit par la technique fait place au mouvement ressenti. Sentir, ressentir est capital. Cela nous rappelle à chaque instant que

nous sommes vivants et doués de conscience », explique-t-elle. Il ne s'agit plus ici de répéter un pas, mais bien d'accompagner le corps dans l'expression de ce qui est intensément vécu, traversé et impulsé par la musique.

Au contact de soi

Avec l'expérience, ce champ d'expression de la créativité existentielle s'étend à l'artistique. Et Virginie Lommel de proposer dorénavant divers ateliers et thèmes d'exploration, où se mêlent par exemple danse et arts graphiques (peinture, fusain, pigments...) ou travail de la terre. Dans ces interactions, la trace dans la matière n'est que « le prolongement direct du mouvement spontané ». Quelle que soit la proposition, tout naît des sensations ressenties. Difficile dès lors de faire rentrer dans un article fini l'infini des pistes qu'elle propose ! Par définition, c'est mouvant, comme le mouvement... comme la vie. Comme ce qui nourrit aussi son approche et sa transmission au fil du temps, entre lectures, voyages et enseignements puisant à la source de diverses traditions. Le dénominateur commun à toutes ces aventures est le mouvement conscient. « Pour être en contact avec soi », précise-t-elle. Concrètement, il s'agit d'une succession de propositions de danses, soutenues par des musiques minutieusement choisies pour impulser une atmosphère, une émotion et de là le caractère du mouvement. « Le fil conducteur d'un atelier peut avoir différentes couleurs : corporelles, émotionnelles, dynamiques, symboliques... » La structure du travail s'appuie sur la dynamique des 4 éléments - terre, eau, feu et air, en lien subtil avec les centres énergétiques et les orientations horizontales/verticales pour l'incarné et le transcédé. La rencontre avec soi peut atteindre différents niveaux de profondeur : bien-être, développement personnel, quête spirituelle... On peut même intégrer cette démarche d'authenticité dans un travail de team-building.

La sensualité en vérité

Pour Arnaud Desjardins, « la vie est mouvement ; plus il y a vie plus il y a flexibilité, plus vous êtes fluide plus vous êtes vivant. » Virginie Lommel propose de danser la vie pour ressentir cette extase d'être vivant et fluidifier les émotions enkystées. « Lorsque l'émotion traverse notre corps et s'exprime, dit-elle, nous permettons à notre conscience de s'en libérer. Lorsque nous les réprimons, nous bloquons le flot d'énergie qui les soutient. S'alimente alors, consciemment ou non, un vortex émotif qui se nourrit

de lui-même et finit par consommer notre énergie vitale. Exprimer nos émotions permet de les remettre en mouvement et de tirer profit du potentiel d'énergie qu'elles sous-tendent. Ce processus nous mène alors vers une sensation de bien-être, ouvrant l'accès aux niveaux supérieurs de conscience. » Dans cette rencontre avec l'intime de la personne, la sensualité a naturellement une place de choix. Tant et si bien que Virginie Lommel a créé des stages spécifiques autour de cette danse des sens : « Femme & sensualité », « Femme & sexualité » (1). Là aussi, le mouvement conscient est au cœur du processus pour contacter une sensualité, une sexualité, qui soient l'expression de la vérité de l'être. Un voyage intérieur vers les puissances de vie ensommeillées, vers l'Amour véritable... « Ces stages ne portent pas sur la sexualité en elle-même, mais bien sur l'énergie vitale qui fait de nous des êtres créateurs, vivants, vibrants, enthousiastes et affirmés », précise Virginie Lommel. Tout le corps est sollicité pour entrer dans la danse et vibrer « en harmonie avec le flux naturel de la vie ». Ce travail d'expression totale, d'ouverture du cœur, d'autonomisation et de réalisation de soi, favorise une relation consciente au plaisir et au désir, « afin de diriger librement nos passions et de les chevaucher sans nous laisser emporter par elles ». Et Virginie de conclure : « Empreintes de cette énergie d'Amour véritable, nous pouvons nous Donner dans la totalité de notre Être et devenir le champ d'Amour dans lequel l'Homme peut toucher son essence profonde. » Pour vivre pleinement, libres et en harmonie.

Carine Anselme

Prima Materia, Mouvement Conscient : cours, stages, accompagnement individuel, formations. Virginie Lommel, 0486 76 66 79 - www.primamateria.be - **Stages d'été :** « Immersion au cœur des 4 éléments » (12/16 juillet) & « Nature de Femmes & Hommes dans la nature » (17/20 juillet), au cœur des Pyrénées Cathares (Mont sacré Bugarach) + (1) « Femme & sexualité » (21/22 août), au centre Surya (Waterloo).

