

Dès la première séance, j'ai été agréablement surpris par la qualité de l'accueil. La biodanza m'a apporté détente et bien être en compagnie de personnes dont je partage les valeurs telles que le respect, la sensibilité, l'écoute des autres, même si ce n'est pas exprimé verbalement : Un regard franc, un sourire naturel, cela suffit pour communiquer de la sympathie.

Je me souviens encore d'une grande émotion lorsqu'on s'est groupés par deux pour faire écouter notre cœur, symbole de vie et d'amour. J'ai ressenti cela comme un acte de générosité et de confiance.

On partage ces moments de façon paisible, pacifique, en toute convivialité. C'est un bon moyen d'évacuer le stress quotidien !

Charles

Biodanseur en 2009