

Stage Voix-Mouvement-Peinture à Auray (56) Les 5, 6 et 7 novembre 2021

Depuis l'espace intérieur Vers une expression authentique

Nous sommes tous et toutes des créateurs nés.

Ce stage est un voyage vers notre **nature profonde**, un espace dédié à l'expression, à la **création individuelle et collective** par la voix, la peinture et le mouvement dans un cadre bienveillant et porteur.

Considérant les arts comme une manière de manifester l'esprit dans la matière, nous vous inviterons à aller à la rencontre de vos mondes intérieurs afin de les partager aux autres, engageant ainsi votre espace sensible vers l'extérieur.

La voix est l'expression sonore de l'être là où la trace, graphique ou picturale, en est la manifestation visible dans la matière.

Voix et peinture étant intimement liées au corps, le mouvement sera central dans notre approche.

Par le biais de propositions individuelles et collectives ayant pour but d'éveiller notre **spontanéité**, notre **intuition** et notre **plaisir inné du jeu** et de **l'exploration**, nous irons rencontrer notre expression authentique. En passant par l'univers des **sensations** et de **l'imaginaire**, nous irons à la rencontre de ses potentiels, ses ondes, son désir, sa poésie...

Des temps de dépôt du corps (observation, méditation, respiration) et de mouvement conscient nous conduiront vers l'écoute des sensations et émotions qui constituent la matière première de notre expression... Car finalement, **il s'agit essentiellement de retrouver ses voix naturelles et instinctives.**

L'improvisation en chant et peinture sera l'axe commun.

En chant :

- Ouverture de la voix à travers le mouvement instinctif et spontané du corps, en relation consciente avec l'espace, le sol, la gravité, le groupe. Temps guidés dédiés à des explorations individuelles.

Nous irons également à la rencontre de nos mondes intérieurs et des autres par le contact physique dans le respect du consentement et des limites de chacun-e.

- Conscientisation du lien corps-voix lors d'échauffements et exercices vocaux, pour aller vers une écoute plus juste de la voix et lui ouvrir un plus large espace d'expression.- Chants en polyphonies simples, jeux de rythme, d'expression chantée ou parlée pour aller tout naturellement vers l'improvisation d'ensemble en cercle.

En peinture :

- Exploration de la trace en lien avec l'espace de la feuille et les traces des autres
- Le geste en lien avec le souffle et le corps
- Faire de la « terrible feuille blanche » une aire de jeux, de surprises et d'échanges
- Divers techniques et outils : pastels, peinture, crayons, fusains, encres...

Aucune expérience en peinture ou en chant n'est requise.

Les intervenantes :

Delphine Cam

Je suis chanteuse et auteure et me produis sur scène dans plusieurs formations musicales ou spectacles.

Professeure de voix inspirée par ma pratique intuitive du chant et l'approche pédagogique du Roy Hart Théâtre, mon travail propose de **favoriser l'expression libre de la voix** et d'ouvrir des espaces de musicalité afin d'explorer et exprimer le potentiel créatif vocal de chacun-e en lien avec le mouvement et **la conscience du corps**.

Mon attrait pour **le rythme** et **la polyphonie** oriente également mon accompagnement vers la transmission de **chants du monde** et **l'improvisation** en groupe.

« Lorsque je parle du chant, je ne le considère pas seulement comme un exercice artistique mais comme la possibilité et le moyen de se reconnaître soi-même et de transformer cette reconnaissance en vie consciente. »

« Le chant appartient au domaine musical primitif, il est le don accordé à chacun pour permettre l'expression de l'être »

- Alfred Wolfsohn -

Marion Le Pennec

Je peins à l'encre de Chine, matériau dont je suis amoureuse. Ma peinture et les ateliers et stages que j'anime sont **des espaces de connexion au Grand Mystère** et d'**expression de notre Être profond**.

Formée à l'École Nationale Supérieure des Arts Décoratifs (1998, Paris), j'ai très vite emprunté les chemins de traverse afin de retrouver l'essence de l'Art que je considère comme un des piliers de l'éveil de l'humain.

Depuis 20 ans, plusieurs ateliers ont vus le jour : en centre de détention, auprès de soignants, d'enfants (merci à eux!), d'instituteurs, de jeunes en rupture scolaire ou sous mains de justice et plus récemment aux Ateliers de la ville de Vannes avec l' *Atelier de recherche* devenu ensuite l'atelier *Peinture de l'Instant* en lien avec les musiciens du conservatoire.

Aujourd'hui, j'anime au Conservatoire de Vannes l'atelier *Encre de Chine, créativité et intuition*.

Convaincue que l'art s'adresse **à notre corps sensible**, mes ateliers, ainsi que mes expositions, intègrent de plus en plus d'autres langages artistiques (poésie, danse, chant, musique..) ainsi que les arts taoïstes internes et très récemment, des pratiques d'alchimie spirituelle.

Horaires :

De 9h à 12h30 et de 14h à 17h , les 3 jours

Repas :

Apportez votre pique-nique, il est aussi possible de cuisiner sur place.

Hébergement :

Si vous avez besoin d'un hébergement, contactez Marion au 06 03 37 20 68

Tarifs :

250 euros (matériel compris) si vous vous inscrivez avant le 24 octobre et 280 euros après cette date.

Si vous rencontrez des difficultés financières et souhaitez participer, veuillez nous contacter.

Pour vous inscrire, merci d'envoyer 100 euros d'arrhes ainsi que la fiche d'inscription en pj à Marion Le Pennec, 12 rue du Sablen, 56400 Auray

Renseignements et inscriptions :

Marion : 06 03 37 20 68 - marionlepenec@gmail.com
www.marion-lepenec.fr

Delphine : 06 59 27 06 17 - deicam@yahoo.fr
www.voixonde.com