

Stage Le Chant libre

Ces 4 jours sont une opportunité de découvrir ce chant **libre, nourrissant et joueur**, accessible à tous.

Ce stage est en même temps un **stage d'interprétation** et une découverte du **chant énergétique et du chant spontané**.

Pourquoi je chante?

Je suis toujours aussi surprise de l'audace, du courage, de l'engagement que cela demande...En apparence...

Car cette manifestation est si naturelle!

Chanter est une **célébration**.

Chanter nous met en relation d'une manière si particulière avec nous-mêmes, et avec l'autre, avec intimité et intensité, dans la plus totale authenticité.

Pourquoi ce stage? Pour:

- Redonner au corps sa dimension de « **corps chantant** »
- Explorer la **résonance** et ses impacts sur le corps et les émotions,
- Laisser chanter le **mouvement**, le geste qui délie, qui rencontre,
- libérer ce que les épreuves, les habitudes, le conditionnement ont bloqué en nous: la **spontanéité, le souffle, la joie**.

Chacun est invité à amener une chanson dans sa langue maternelle lors d'un parcours interactif avec le groupe. Pourquoi?...

Notre langue maternelle a profondément inscrit dans notre expression et notre voix la façon dont nous sommes en relation et questionne sans cesse notre façon de nous exprimer, et d'être entendu.

Les outils:

- le mouvement, l'écoute corporelle sensitive,
- les exercices respiratoires et vocaux issus des civilisations ancestrales qui utilisaient le chant comme outil de guérison,
- la chanson et les mots, porteurs de sens, de mémoires et de sentiments,
- la méditation et les voyages sonores, les chants sacrés,
- le chant spontané et les circle songs.

Il n'est pas nécessaire d'avoir des connaissances en musique ni en chant.

Je serai gardienne de la bienveillance et du non-jugement, la qualité de rencontre avec soi-même et avec l'autre étant bien plus importante qu'un quelconque "résultat".

.....
.....