

Initiation

Se rendre attentif et percevoir par la posture ou le mouvement les grandes lignes du corps.

Apprendre à accueillir l'émergence de la voix comme elle vient quand elle est suscitée par des enchaînements gestuels soutenus.

Retrouver la pulsation fondamentale qui déclenche souffle et chant.

Se familiariser avec toutes les nuances de la matière sonore.

Déployer la verticalité de la résonance vocale.

Ralentir, s'accoutumer à la durée.

Approfondissement

S'impliquer dans le chant et la danse, seul ou à plusieurs.

S'exercer à rester avec le vif des images, le remous des sentiments.

Capter ce qui s'invite et le « chevaucher ».

Apprivoiser les mouvements émotionnels de la voix, en en déployant le chant.

Partager ce qui s'est passé dans des temps d'échanges parlés ou écrits.

Célébration

Ensemble par le chant et la danse...

Honorer le besoin immémorial de communier ensemble avec l'indicible.

Quand la vie appelle,

Quand le quotidien retient,

Tension, déchirement, chagrin.

Au cœur du vif

Coller au flux des choses

Apprivoiser, reconnaître, apprendre.

Pas à pas...

À l'écoute du ténu de la Source

Peu à peu...

Dans tout émoi, dans toute voix

Entendre son allant.

Une musique de l'instant

Qui dessine les rives de tous les chants.

Chant du Corps Danse de la Voix



2024

Une présence à un intervalle
où souffle la mélodie
de quelque chose d'oublié.
Un accord avec soi-même
qui permet de donner forme
au désir vital
de chant et de danse.

Une expérience du son dans le corps
qui fonde la musique de la voix...
À l'articulation de l'audible et de
l'inaudible...

La découverte de chants proches de ceux
des peuples les plus anciens découlant
des mêmes sources d'inspiration :
la nature et le jeu bruisant de ses
éléments, les sensations corporelles et
leurs manifestations dans le souffle, les
sentiments et leurs expressions sonores.

Bénédicte PAVELAK

06 83 49 99 50

benedicte.pavelak@orange.fr

12 bis avenue de la Dhuys - 93170 Bagnolet

ateliers 2024

Séances hebdomadaires

Mercredi 09h à 11h

90 € les 4 séances consécutives

Si le suivi des 4 séances est interrompu par une absence d'une semaine, ce prix est majoré de 14 €

26 € la séance isolée

12 Bis Avenue de la Dhuy - Bagnolet

Métro Galliéni ou T3 Adrienne Bolland

Journées mensuelles

Vendredi 9h30 à 18h30

12/01 2/02 1/03 5/04 3/05 7/06
5/07 6/09 4/10 1/11 29/11

Samedi 9h30 à 18h30

13/01 3/02 2/03 6/04 4/05 8/06
6/07 7/09 5/10 2/11 30/11

Prix 90 € la journée*

Inscription il est nécessaire de réserver en envoyant un chèque de 90 €. Celui-ci est encaissé après la journée. Si vous annulez dans la limite des 7 jours précédant la date de l'atelier, il est débité.

Adresse 12 Bis Avenue de la Dhuy
93170 Bagnolet
Métro Galliéni ou T3 Adrienne Bolland

stages de 3 à 7 jours

Chant des Fondamentaux *Pratique des fondamentaux qui permettent l'émergence d'un chant de l'instant*

BAGNOLET 9h30 à 18h30 tous les jours

Dates 9/10/11 février
14/15/16 juin
27/28/29 septembre
13/14/15 décembre

Prix 290 € pour chaque stage

Inscription 2 chèques de 145 €*

LAVAU

Dates 10 au 15 juillet
(du 10 à 9h30 au 15 juillet à 22h30)

Prix 470 €

Inscription 2 chèques de 235 €*

Adresse Institut Vajra Yogini - Marzens
81500 LAVAU - 05 63 58 17 22

Hébergement Entre 35 et 70 €/jour

Chant du Tambour *En ville comme en pleine nature*

BAGNOLET

En milieu urbain, prêter l'oreille à ce peuple qui a tant besoin de dire par le tambour. Apprivoiser ce battement essentiel qui nous rappelle à la nécessité du lien avec l'autre et les grandes forces de l'univers.

Dates 15 au 20 avril
(9h30 à 19h tous les jours)

Prix 470 €

Inscription 2 chèques de 235 €*

Adresse 12 Bis Avenue de la Dhuy 93170 Bagnolet

FARAGOUS

Au cœur d'une nature inspirante, renouer avec le tambour, médiateur d'un ralliement avec soi, l'autre et les éléments. Entendre la trace ancestrale d'un chant de toujours présent au cœur de l'être.

Dates 21 au 28 juillet
(du 21 à 16h30 au 28 juillet à 10h)

Prix 470 €

Inscription 2 chèques de 235 €*

Adresse Gîte de Faragous - 12360 Camarès

Hébergement Environ 60 €/jour

Chant du Silence *Un temps de retraite au cœur de l'automne*

Consentir à une vie quotidienne réglée par un «jeûne» de la communication habituelle.

S'immerger dans des séances consacrées au chant du corps et à la danse de la voix.

Ce Chant du Silence, toujours animé par Bénédicte, sera cette année organisé par l'association *Les Dresseurs de Tentés*.

du 19 au 25 octobre au Moulin de la Barre 45360 Cernoy en Berry

Des informations suivront ultérieurement...

* CONDITIONS D'ANNULATION

Les chèques sont encaissés après le stage. Si vous annulez dans la limite des 30 jours précédant la date de la session, un des deux chèques est débité, l'autre vous est renvoyé. Si vous annulez dans la limite des 15 jours précédant la date de la session, les deux chèques sont encaissés.