

AUTOUR DE HARÉ MA *ECLAIRCIE*

PROPOSITIONS D'ATELIERS DANSE BUTÔ ET VOIX Ippei Hosaka et Emmanuelle Bunel



POUR QUI ?

Tous les corps et toutes les voix qu'ils soient jeunes, âgés, débutants, performants, malades...

QUOI ?

Travailler le chaos et nos propres chaos pour laisser surgir la beauté, la vie, le renouveau. Métamorphoses...

Se relier à ses zones d'ombres, ses peurs, ses empêchements, ses limites pour les transformer, en faire du beau, du vivant, du mobile, du sonore. Pour faire sens.

LE BUTÔ

Découvrir la danse butô : une pensée orientale, une rencontre avec la culture japonaise.

DANSE ET VOIX ?

Utiliser la voix et le mouvement dans des formes hors-normes, sans pré-requis, dans le plaisir.

Mêler le corps et la voix pour explorer les possibles du langage du danseur et du langage vocal.

Rechercher sa propre expression dansée et chantée.

POURQUOI FAIRE ?

Ressentir ce qui n'est pas dit. Toucher l'indicible. Lire entre les lignes. Capter le subtil.

Se connecter à ses sensations pour en développer une expression organique : qu'est-ce qui surgit de moi sans forme pré-établie, sans anticiper, en laissant vivre ce qui est?

Etre attentif à soi, à l'autre, aux autres et à l'espace dans lequel je me déplace, à mon environnement.

Se relier à ce qu'on est sur le plan intérieur : forme du corps, souplesses, énergie, éléments contitufifs mais aussi son histoire personnelle, sa culture, ses goûts, sa psychologie...

Développer l'intensité, la concentration, le fait d'être centré et mieux incarner son mouvement corporel et son mouvement vocal.

S'initier à l'improvisation vocale et dansée.

COMMENT ?

Echauffement du corps et de la voix

- associer le corps et le souffle
- développer un corps dansant et chantant ferme, souple et disponible
- se connecter à son centre, à une grande disponibilité
- sculpter son corps de l'intérieur
- élargir ses espaces intérieurs
- jouer avec les contrastes et les nuances : arrêts brusques, fluidité, mélodies, rythmes...

Initiation à une technique de danse spécifique : le Butô

- exercices basés sur l'imagination stimulant sa propre créativité
- travail des appuis, de l'enracinement
- voyager entre différents états : animal, végétal, minéral...
- casser les codes et trouver une nouvelle expressivité

Développer ses langages sonores

- travailler sur sa voix naturelle : vibrations, tonalités, rythmes...
- gromelot et langages imaginaires
- voix parlée : murmures, cris, harangues, conte, poème, improvisation...
- voix chantée : airs et chansons, berceuses, blues, polyphonie...

Créer des formes dansées et chantées

Partir du silence et de l'immobilité, laisser monter et s'enfler, se déployer le souffle, le mouvement, la parole ou le chant, la lenteur ou la course...

En solos duos ou en chœur : dialogues, imitations, confrontations, illustrations, contrepoints..