

Spectacle "FORÊT"

–

Ateliers
artistiques



Création 2023

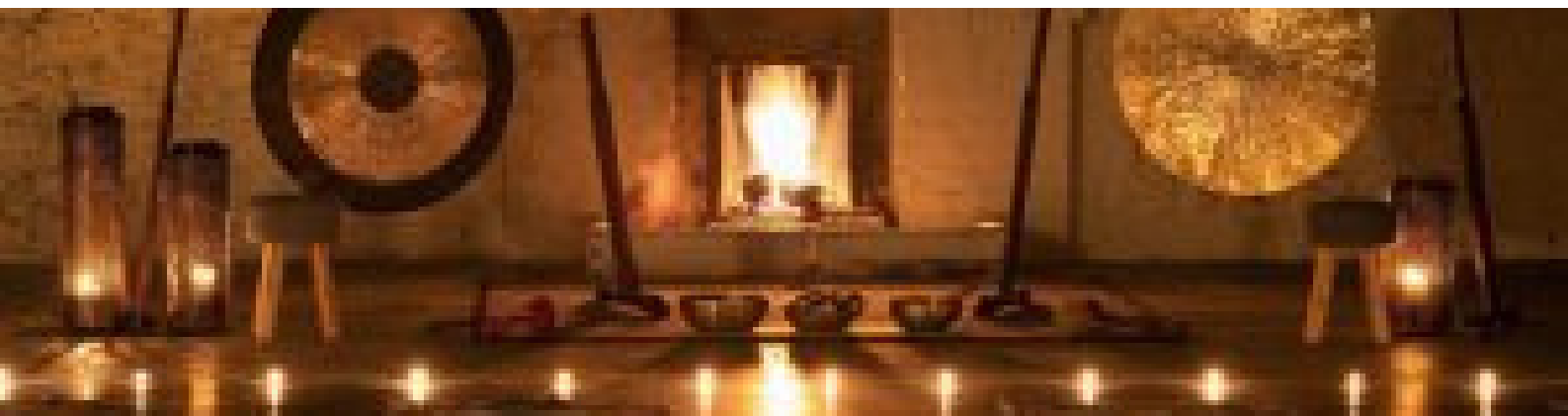


FORÊT

Danse-Théâtre-Voyage sonore



Une femme est appelée à revenir au cœur de ce qu'elle est,
La forêt a des choses à lui dire...
Quand tour à tour l'arbre, le monde invisible et les éléments
prennent la parole,
La clarté de la conscience revient.
Et si l'intention de la forêt était de rétablir le lien sacré qui relie
l'Humanité à la Terre...



Distribution

Chorégraphies et interprétations : Laëtitia Bône

Musique en direct : Sylvain Grandpierre

Regard chorégraphique : Vincent Harisdo

Ecriture : Vincent Clergironnet

Durée : 30 min

Tout public



Note d'intention

La forêt a beaucoup de choses à nous apprendre, beaucoup de choses à nous offrir...

Sans elle nous ne sommes plus.

Si on ouvre son coeur pour la forêt, tout un monde se dévoile, un monde subtil qui ce ressens, des vibrations qui nous réveillent, des bienfaits infinis...

Ce spectacle est conçu pour tout public.

Il invite à se connecter à soi-même et à la puissance de la forêt, à découvrir ce "quelque chose" de perdu et de pourtant si vital, caché

depuis la nuit des temps au plus profond de nous.

Il crée des espaces d'échos en chacune et chacun et rend palpable le public comme groupe d'humains rassemblés, comme autour d'un feu où chacun entendra ce qui lui convient.

L'Histoire

Une femme se retrouve complètement angoissée et sous l'emprise d'un mental qui l'empoisonne. Les pressions quotidiennes, les conditionnements, les peurs...

Sa prison mentale doit exploser...

Comme un acte ultime de survie elle est appelée par la forêt. Elle ressent alors une atmosphère particulière qui l'incite à respirer, à ralentir...

L'air y est pur et riche.

Au fil du temps ses pensées se modifient, comme un apaisement qui lui permet de regarder sa vie sous un autre angle.

Dans cette forêt elle fait des rencontres... des apparitions espiègles,... des êtres invisibles... viennent lui souffler ses vérités. Se regarder en face et prendre la responsabilité de ses pensées, s'apercevoir de son lien à la terre comme un retour au sauvage pour revenir à l'essentiel, comprendre l'authenticité et la pureté...

Un dialogue subtile s'installe. Cette femme comprend qu'elle est comme un arbre,, reliée à la terre et au ciel, reliée à l'énergie de l'amour, reliée à l'univers...



Musique et voyage sonore

Sylvain Grandpierre, sonothérapeute, crée une musique vibratoire servant l'histoire et venant appuyer les rencontres, les émotions, les messages...

Le voyage sonore est proposé en direct, avec des bols tibétains, des gongs, des tambours, des roubles, des flûtes... créant ainsi une ambiance particulière, surprenante et riche, comme tout droit venant de la forêt...

Tout est joué en osmose avec la danseuse



Scénographie

Un arbre au centre de la scène .

Hauteur: 3m50, Largeur au sol avec racines : 1m50,

Envergure : 4m.

Des lianes et des miroirs sont suspendus.

De la terre et des feuilles reparties tout autour des racines de celui-ci.

Un espace dédié à la musique, sur scène, côté jardin

Environ 3m x 3m



Ateliers de Reconnexion à la Nature, en
mouvements.
Ateliers "Voyage Sonore"



Propositions d'interventions en lien avec le spectacle :

Reconnexion à la Nature, en mouvements

Laëtitia propose des ateliers ayant pour objectifs de reconnecter l'être humain à lui-même et à la nature.

Les objectifs sont adaptables suivant le public concerné et l'effectif (enfants, adolescents ou adultes). Aucun pré-requis, ni aucune connaissance de la danse n'est nécessaire. Sa priorité reste le bien-être physique et émotionnel de tous. Elle invite chaque individu, chaque participant, à se questionner sur la connaissance de son propre Soi intérieur, à apprendre à le connaître, à le reconnaître et à s'harmoniser aux rythmes naturels.

Contenus d'un atelier pour adultes :

- .Mise à disposition du corps et de l'esprit : Relaxation guidée, Étirements doux des méridiens concernés.
- .Mise en mouvement : Mouvements dansés reliés à la saison, à l'élément, à l'émotion, et aux organes concernés
- .Immersion en forêt : Temps d'intégration et de reliance avec la forêt (Si cela est possible)

(Les approches sont différentes suivant le public concerné et les objectifs retenus)

Voyage sonore

Il s'agit avant tout d'une recherche musicale intuitive qui permet d'apporter l'état de bien-être et de relaxation.

Le voyage sonore permet de réharmoniser le corps, il agit sur les tensions musculaires, les blocages émotionnels, les maladies...

Les fréquences vibratoires agissent directement sur les cellules de l'organisme, sur les canaux énergétiques, les liquides et les méridiens...

Contacts :

Laëtitia BÔNE

06.23.04.19.80

dansesdevie@gmail.com

www.mouvementsdevie.com

Sylvain Grandpierre

Vincent Clergironnet

06 16 33 36 30

vincent.clergi@gmail.com

Cie Demain il fera jour.