

MARTINA PORTOCARRERO (Nazca - Pérou)

PEDAGOGUE DE LA MUSIQUE, THERAPEUTE DE LA VOIX,
EURYTHMISTE DIPLÔMÉE

Issue du Conservatoire National et de l'Ecole d'Art dramatique du Pérou à Lima, folkloriste accomplie, sa véritable école sera toujours la Nature : c'est à l'écoute du chant du vent, des oiseaux et de la rivière que s'est formée son oreille d'enfant.

Tout en continuant sa carrière internationale de chanteuse et de folkloriste, elle étudie en Europe les techniques et l'expression de l'art vocal nordique avec Maria Roy, cantatrice et professeur à Lausanne (Suisse).

Enseignante, elle est titulaire d'un diplôme en pédagogie de :

- Ecole Nationale de Musique de Lima (Pérou)
- Ecole d'Eurythmie de Lausanne (Suisse)

Investigatrice, elle fait des recherches sur la potentialité du son de la voix humaine et crée des ateliers:

- au Pérou : Lima, Arequipa, Huaraz et Trujillo
 - en Suisse : Genève, Bienne, Yverdon, La Brévine, Lausanne
- Actuellement, en parallèle à sa carrière internationale, Martina Portocarrero donne des conférences, des ateliers, des stages et des cours dans différentes villes d'Europe et d'Amérique du Sud.



La Peña del Sol -
Association culturelle Suisse - Amériques

Chant cosmique des Andes



**VENEZ PASSER UNE SEMAINE EN CHANTANT !
DU SAMEDI 15 AU VENDREDI 21 AOÛT 2009**

**A 1000 M. D'ALTITUDE, AUX PORTES DU SOLEIL
DANS UN SITE NATUREL,
- DANS LES MONTAGNES DU VAL D'ILLIEZ EN
VALAIS**

STAGE RESIDENTIEL D'ÉTÉ

dirigé par

MARTINA PORTOCARRERO DE NAZCA - PÉROU

« TA VOIX: DIALOGUE D'ÉNERGIE ET D'AMOUR »
Le CHANT de L'ÊTRE relié au SON COSMIQUE

par

**LES RETROUVAILLES AVEC LA RESPIRATION COSMIQUE INSTINCTIVE,
LE CHANT DU CORPS (PRISE DE CONSCIENCE ET RECONCILIATION
AVEC NOTRE INSTRUMENT ORIGINEL: NOTRE CORPS),
LA RENCONTRE AVEC SA VOIX PROFONDE (CONNAISSANCE DE SOI,
HARMONISATION ET LIBERATION A TRAVERS LE SON PUIS LE CHANT).**

Renseignements
et inscriptions :

Peña del Sol, Christiane Mury
Tél : 41-21-647.26.27
E-mail : lapdelsol@bluewin.ch
Web : <http://www.lapdelsol.ch>
ou Joëlle Rapin: 021 601 93 86
rapiano@citycable.ch

Renseignements pratiques

Date :	Du samedi 15 août 2009, 9 h30 au vendredi 21 août 2009, 16h.
Lieu :	Val d'Illez (Valais), Chalet du « Bon conseil » (Wintsch), sur la Route des Crosets, (voir plan ci-dessous)
Accès, transports :	Par la route : autoroute sortie Aigle. Allez à Monthey, dir. Champéry jusqu'à Val-d'Illez. Prendre ensuite la route des Crosets (env. 15 mn de marche) En train (voir http://www.cff.ch): depuis Aigle, prendre le train AOMC jusqu'à la station de Val-d'Illez. Prendre ensuite la route des Crosets
Coût :	Stage: CHF 700.- (€464) Hébergement, repas, taxe de séjour CHF 250.- (€166)
Total :	CHF 950.- (€630)
Renseignements	Christiane Mury (021 647 26 27) Skype : christiane.mury Joëlle Rapin (078 747 29 90)
Inscription :	lapdelsol@bluewin.ch

Le nombre de places est limité à 10 pers. Les inscriptions seront prises dans l'ordre d'arrivée, après versement d'une avance de **350.-** à la **BCV, CCP 10-725-4 /1002** Lausanne, en faveur de **C.393.24.00**, Association Culturelle Peña del Sol, mention : Stage de chant 15-21 août. Le solde sera versé au début du stage. Se munir d'une paire de draps ou d'un sac de couchage.

LE CHANT COSMIQUE DES ANDES

Le Chant cosmique des Andes est un enseignement, une méthode de chant, une philosophie, un art de vivre par lesquels nous nous harmonisons et guérissons.

Cette approche, développée par Martina Portocarrero, permet, à l'aide d'exercices simples agissant en profondeur, d'ouvrir les espaces de résonance de notre corps. Nous devenons alors réceptacles, corps sonores, et vibrons au diapason de l'Univers.

Ces vibrations touchent l'Être tout entier, jusqu'en ses recoins les plus intimes. Elles nous unifient, ouvrant ainsi la porte au bien-être. Elles libèrent notre potentiel et harmonisent les aspects obscurs, voilés et réprimés. Elles peuvent aider à soigner notamment les blessures de la vie, le stress, la fatigue, les douleurs de toutes sortes, la rancune, les difficultés respiratoires, les problèmes de communication, etc.

Porté et nourri par la Terre-Mère, inspiré par le Ciel-Père, notre chant peut alors embrasser le Grand Tout.

Principaux éléments abordés au cours du stage

La respiration : exercices en plein air

- Captation des énergies de l'eau, du ciel et de la terre
- chant du corps : prise de conscience que le corps est le 1^{er} instrument de musique naturel. Mouvements de base

Le chant dans la nature, relié aux éléments (arbres, ciel, terre) et aux moments de la journée (aube, coucher du soleil)

Le chant de l'être

- La petite voix ou voix intérieure
- La voix humaine (son commun à tous les êtres humains)
- Improvisation (développement de la confiance en soi par le son, la spontanéité du chant)
- Ecoute de soi

Ecoute et découverte

- A l'écoute du monde intérieur et extérieur
- Ecoute comparative de voix normales et de voix sacrées

PLAN D'ACCES de VAL D'ILLIEZ-CHÂLET du « BON CONSEIL »



BULLETIN D'INSCRIPTION



Inscription (à renvoyer à Peña del Sol, Case postale 7210, 1002 Lausanne ou par mail: lapdelsol@buewin.ch)

Stage « **Le Chant cosmique des Andes** » par Martina Portocarrero du 15 au 21 août 2009 à Val-d'Illeiez. (Valais)

Prénom : Nom :

Adresse :

Tél. :

E-mail :

Lieu, date et signature :

.....