

Renseignements pratiques

- Date : du samedi 13 août, dès 17h, au jeudi 18 août 2011, 16h.
- Lieu : 42140 Virigneux (France). Virigneux est situé dans la Loire, à env. 50 km de Lyon.
- Accès, transports : par le train : via Lyon, St-Etienne (dir. Roanne). Descendre à Feurs. Un transport jusqu'à Virigneux sera assuré à condition de prévenir assez tôt.
- par la route : par St-Etienne ou par Lyon. Rendez-vous à Virigneux chez Simone et Piergiogio Selmi, Le Bourg – Rte de St-Cyr-les-Vignes (maison moderne jaune après le carrefour principal du village)
- Coût : stage **CHF 600.-** (paiement en Euro au cours du jour); hébergement **€ 70.-** (5 nuits en chambres communes, couverture, drap de dessous et taie d'oreiller fournis. Prendre drap de dessus et serviettes de toilette) et repas: **€ 100.-**
- Renseignements et inscription : Barbara Sudheimer (031/741 49 54 ou 079 481 82 05) barbara.sudheimer@bluewin.ch

Le nombre de places est limité. Les inscriptions seront prises dans l'ordre d'arrivée, après versement d'une avance de **CHF 150.-** sur le compte n° 308563.101-06, Banque alternative suisse, IBAN: CH 98 0839 0030 8563 1010 6, Clearing bancaire: 8390, Swift : ALSWCH21, en faveur de: Association chant cosmique des Andes, Lausanne; mention: Stage de chant Virigneux. Le solde sera versé au début du stage. En cas de désistement moins d'une semaine avant le début du stage, le montant du stage est dû, à moins de trouver une personne de remplacement.

Inscription (à renvoyer à Barbara Sudheimer Monaco, Neueneggstrasse 6L CH-3175 Flamatt, ou par mail: barbara.sudheimer@bluewin.ch)

Je m'inscris au stage de Martina Portocarrero du 13 au 18 août 2011 à Virigneux (F)

Prénom : Nom :

Adresse :

Tél. : E-mail :

Lieu, date : Signature :

Chant cosmique des Andes



Stage avec
Martina Portocarrero
de Nazca – Pérou



**Ta voix:
dialogue d'énergie et d'amour**

par

- les **retrouvailles avec la respiration cosmique instinctive**,
- le **chant du corps** (prise de conscience et réconciliation avec notre instrument originel: notre corps),
- la **rencontre avec sa voix profonde** (connaissance de soi, harmonisation et libération à travers le son puis le chant).

**du 13 au 18 août 2011
à Virigneux (F)**

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.

Pour ta tristesse, un seul coeur

Tends ta main au Soleil
Berce ta douleur
Donne à l'étoile ton regard
Cours, cours, regarde et tu trouveras
Alors, chante, chante et tu enchanteras
Chante et renaît à l'espoir
Ode à la Vie et à la tendresse.

Puis tranquillement, dans le silence de ton Ame,
Bâtis-toi un nid avec une infinie patience
Dans un amour tendre
Aime-le, soigne-le et il croîtra
Il sera un astre pour toi
Il sera un astre luisant
Il sera un seul coeur
Et la Splendeur, ce sera Toi
Et tu seras partie du Tout.

Martina Portocarrero

Martina Portocarrero
(Nazca - Pérou)

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, tout en continuant sa carrière de concertiste, Martina Portocarrero donne des conférences, des ateliers des stages et des cours dans différentes villes d'Europe et d'Amérique du Sud.

Pour tous renseignements concernant le travail de Martina Portocarrero:

- Joëlle Rapin, tél. +41 /21 / 646 85 42; rapiano@citycable.ch
- Barbara Sudheimer Monaco: +41 /31 / 741 49 54; barbara.sudheimer@bluewin.ch
- voir aussi http://www.lapdelsol.ch/Pages_artistes/CV-martina.html