

## Renseignements pratiques

Date : Samedi 3 et dimanche 4 septembre 2011,  
de 9h30 à 17h30

Lieu : Maison de quartier sous-gare, Lausanne  
bus no 1, arrêt Dapples

Accès, transports : Depuis la gare, bus n° 1, direction Maladière

Coût : 170.- pour un jour, 320.- pour les deux jours

Repas: Prendre un pique-nique

Renseignements  
et inscription : Joëlle Rapin (021/646 85 42 ou 078 747 29 90)  
[rapiano@citycable.ch](mailto:rapiano@citycable.ch)

Le nombre de places est limité. Les inscriptions seront prises dans l'ordre d'arrivée, après versement d'une avance de **50.-** 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 Lausanne. 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 Joëlle Rapin, av. de Vallombreuse 83, 1008 Prilly,  
ou par mail: [rapiano@citycable.ch](mailto:rapiano@citycable.ch))

Je m'inscris au stage de Martina Portocarrero

- le samedi 3 septembre 2011  
 le dimanche 4 septembre 2011

Prénom : ..... Nom : .....

Adresse : .....

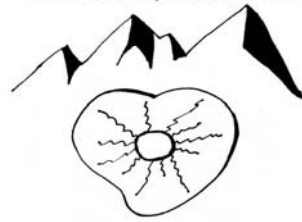
Tél. : ..... E-mail : .....

Lieu, date : ..... Signature : .....



**La Peña del Sol -**  
Association culturelle Suisse - Amériques

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).

**3 et 4 septembre 2011- Lausanne**

## 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. 021 / 646 85 42; [rapiano@citycable.ch](mailto:rapiano@citycable.ch)
- Barbara Sudheimer Monaco: 031 / 741 49 54;  
[barbara.sudheimer@bluewin.ch](mailto:barbara.sudheimer@bluewin.ch)
- voir aussi [http://www.lapdelsol.ch/Pages\\_artistes/CV-martina.html](http://www.lapdelsol.ch/Pages_artistes/CV-martina.html)