

Psaltérion, souffle et silence

Au cœur du silence émerge le son

Session cithare-psaltérion avec Catherine Weidemann

Version : 23.09.2023

Présence à soi et à Dieu en soi

Dans le cadre magnifique de l'Abbaye Notre-Dame d'Aiguebelle, où la prière est presque ininterrompue depuis 1137, accueillir le silence et construire un jeu instrumental avec la conscience du souffle, la voix et ses vibrations, divers mouvements de Qi-Gong, des temps de méditation et de prière.

Avec sa longue résonance, le psaltérion s'insère dans le silence et lui donne une qualité méditative profonde. Le souffle initie les gestes musicaux et organise la pulsation. Avec ses multiples enracinements musculaires, il est conscientisé et amplifié pour enraciner la pulsation dans le corps et donner une autre qualité à la prière. La voix vibre alors autrement et entre en résonance avec le psaltérion. Avec ce souffle énergétisant et détendant, le jeu instrumental acquiert une autre qualité de présence, que ce soit avec le répertoire, la technique, l'accompagnement ou l'improvisation.

Cette session propose une autre manière d'aborder le jeu instrumental avec une approche corporelle méditative qui intègre le silence, le souffle et la voix au cœur de notre pratique musicale, en profonde présence à soi.

Session de niveau moyen et avancé

info@psalmos.com
Tel. +49 177 488 20 42
www.psalterion.info



Psaltérion, souffle et silence

Session cithare-psaltérion avec Catherine Weidemann

Au programme chaque jour

Pièce commune • Pièce individuelle (si possible par coeur) ancrée dans le souffle et le silence • Technique instrumentale intégrée à la respiration • Conscientisation du souffle et de ses qualités • Enracinement du souffle dans la pulsation musicale • Résonnance de la voix dans la résonnance de l'instrument • Qi-Gong et autres mouvements, au sol et debout sur tapis de yoga • Méditation de pleine conscience ou prière accompagnée par un psaltérion •

Tarif Inscription : 50 € • Cours : 280 € •

Lieu Abbaye Notre-Dame d'Aiguebelle • 26230 Montjoyer •

Dates 8-13 octobre 2024 •

Délai d'inscription 30 juin 2024 • Groupe 12 personnes •

Matériel à apporter en plus de votre instrument

Habits amples et agréables à porter • Couverture • Tapis de yoga ou camping • Banc de prière ou coussin de yoga • Coussin Togu •

Et dans le détail

Mardi 8 octobre 2024

Dès 15h Accueil des participants, installation dans la salle de cours et dans les chambres

18h00 Vêpres avec les frères puis repas

20h-21h Présentation et temps de méditation avec psaltérion

Mercredi 9 au dimanche 13 octobre 2023

7h00 Laudes et Messe avec les frères

9h-12h Session

14h30-17h30 Session

18h Vêpres avec les frères puis repas

20h-20h30 Méditation avec psaltérion

Fin de la session : Dimanche 13 octobre – 16h

info@psalmos.com
Tel. +49 177 488 20 42
www.psalterion.info

