



La Voie du Rythme

Formation Deep Drumming – Animation par le rythme

Tambours et rythme comme outils de conscience corporelle et de gestion de groupe

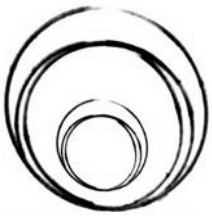
septembre 2020 – juillet 2022

Matthias von Imhoff

info@pulsum.ch

+41 (0)79/381 73 17

www.cercles.ch



La Voie du Rythme



Formation Deep Drumming – Animation par le rythme

Tambours et rythme comme outils de conscience corporelle et de gestion de groupe

septembre 2020 – juillet 2022 à Oron

Pour enseignants, formateurs, éducateurs, thérapeutes, musiciens ou simplement pour votre propre développement et bien-être personnel

Le rythme est une médecine puissante qui existe depuis la nuit des temps. Il a une fonction bien plus large et ancienne à proposer que la satisfaction de maîtriser une technique : il nourrit le plaisir d'être, de bouger et de sentir notre corps, il réunit en groupe, canalise des énergies, fluidifie et dissout les blocages, expand la conscience, ancre la confiance par la coordination physique et soude la solidarité en groupe. Par la forme du jeu en cercle, il nous ramène vers les liens et les valeurs essentielles que sont la solidarité, la confiance, le sentiment d'appartenance, le mélange des âges, le soutien du groupe pour le développement individuel. Et miracle, les maîtres et guides sont en nous : le pouls, le cœur, et même la cellule ! Nous recelons des secrets transmis par notre intérieur, et l'enseignement devient naturel et organique, lié directement à nos propres pulsations corporelles. Dans tous les secteurs d'activités imaginables, nous pouvons apprendre et profiter de cet apport essentiel.

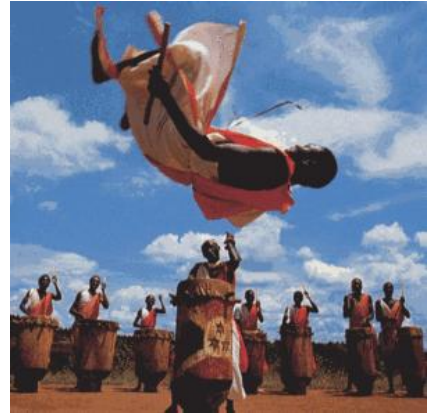
Les thèmes :

- Aspects techniques de base, différents types de percussions. La coordination et ses implications dans le corps, yin et yang, inter- et indépendance
- Polyrythmies, binaire – ternaire. Le groove. Rôles, jeux, solos, improvisations
- Ecoute intérieure, le son du silence. S'entendre, entendre les autres. Sentir nos pulsations intérieures, les reproduire
- Tambours et conscience. Les états de conscience. Trances, Powerdrumming
- Exploration et intégration de la voix, du corps, du mouvement. Préparation corporelle, échauffements, nettoyages
- Dynamique et énergie de groupe, émotions, tensions, équilibrage, lâcher-prise. Le rôle de gardien du rythme, le cadre, le cercle, notions de base du rituel
- Les influences et effets des différents types de rythmes, les tempi, le langage rythmique, sa relation avec le corps

Organisation : Cours et ateliers de groupes, cours individuels, journées d'approfondissement, stages et retraite en nature, suivi individuel

Inclus dans la formation (sur 2 ans) :

- 34 cours individuels
- 24 cours de groupe
- 7 journées d'ateliers
- 2 stages d'été de 3 jours (logement en sus)
- 4 cercles de tambours et 2 shaking meditations
- Coaching individuel pour l'application/l'adaptation aux cadres professionnels/personnels de chacun



A la fin des deux ans, après un petit examen et un travail personnel d'intégration des acquis, l'étudiant(e) aura appris les bases du jeu des percussions utilisées (djembé, tambour à mailloche, maracas), connaîtra les fondements théoriques de l'approche, saura être gardien de cercles de rythme simples et gérer la dynamique d'un groupe par l'écoute et l'emploi des exercices (rythmiques, de coordination, énergétiques) adaptés. Il/elle aura ensuite la possibilité de faire une année d'assistantat pour ancrer les acquis.

Conditions : avoir déjà participé à des cercles de tambours, cours ou à d'autres expériences équivalentes, et la participation à un entretien préalable. Il vous sera demandé de trouver (louer, emprunter, acheter) un djembé et un tambour sur cadre (chamanique ou autre, avec mailloche) pour l'utilisation personnelle en cours de route. N'hésitez pas à m'appeler pour plus d'infos.

Prix total du cours : 4700 CHF

Lieu : Salle du flon / route du flon 26 à 1610 Oron-la-Ville et cabane en nature

Attention : délai d'inscription : lundi 24 août

Renseignements : 079 381 73 17 / info@pulsum.ch / www.cercles.ch

Matthias von Imhoff

Musicien formé à Berne et à Fribourg, actif dès 1987 sur les scènes nationales et internationales en tant que batteur, leader et compositeur. Il se produit dès 2002 en solo électroacoustique et a aussi produit des musiques de films et de spectacles. Une dizaine de Cds à son actif (MobJob, 2 CDs en solo, Mangroove, Christophe Tiberghien Trio...).



Enseigne la musique depuis plus de 20 ans, en individuel et pour groupes. Cofondateur de Musica Viva, école de musique à Fribourg. CAS de management culturel à Lucerne en 2007, certificat de formateur d'adultes en 2019, cours certifiants à l'INA à Paris en musique de film et Sound design. Plusieurs années d'expérience en animation de stages (musique, improvisation, tambours etc.), cours et cercles de percussions.

Participation aux cercles de médecine amazonienne avec Jean-Charles Aubert et Hema'a. De 2008-2010, formation au jeu du tambour et aux voyages chamaniques auprès de Ali Saïd Boss. Se ressource régulièrement dans des retraites de tradition tibétaine avec Tulku Lama Lobsang et aux ateliers et stages de l'initiateur du « Spiritdance Drumming » Tom Ehrlich. Assistant et animateur de retraites en nature et rites de terre avec Gordon Robertson et Ho-Rites de passage (www.horites.com) en Europe et en Arizona.

La Voie du Rythme

Le rythme est démocratique, on le porte tous en nous, sans exception : le pouls, le battement du cœur, le rythme du sommeil et de l'éveil, le rythme biologique, la respiration. Il n'existe pas d'être vivant qui n'a pas de rythme. Tout le monde sans exception a baigné dans le rythme du pouls de sa mère, pendant les 9 mois de grossesse dans le ventre de celle-ci... C'est une référence universelle, un maître intérieur incontestable. Le message est là, tout au long de notre vie, il n'y a qu'à écouter.

Notre pouls est le porteur le plus essentiel d'un message archaïque, d'une force de vie, d'une information essentielle. Les tibétains et les chinois le savent, eux qui lisent l'état de santé du corps dans le pouls. Certains villages africains communiquent encore par les tambours et des heures de polyrythmies. Chez les Lakota, en Amérique du Nord, on trouve des cérémonies d'une durée de deux semaines de purs battements du cœur ; et même en Suisse, des restes de tambours en terre cuites témoignent d'une activité riche en percussions, certes bien loin dans le passé, mais bel et bien existante. Rappelons aussi Les Tambours du Bronx en France, le groupe Olodum de Salvador de Bahia, les Guggenmusiks de Carnaval, le spectacle international Stomp. Partout ce sentiment d'appartenance, cette énergie canalisée en créativité, ce besoin de pulser ensemble, de la façon la plus simple à la plus élaborée. Ce pouls qui bat en nous et qu'on a besoin d'extérioriser, il est omniprésent et universel.

Un autre lien entre corps et rythme a été révélé grâce à des recherches avec le microscope atomique au début des années 2000 : des vibrations cellulaires mises en son. Surprise, les cellules saines émettent un rythme continu, une pulsation régulière ! Les cellules malades n'ont plus de rythme du tout... Le rythme comme ordre, comme énergie, comme témoin de santé, comme lien social, comme langage. C'est ce que cette formation vise : entendre et intégrer ces informations dans un enseignement pouvant toucher large, faire le pont entre les messages rythmiques corporels et leur reproduction aux tambours, sentir le pouvoir de la coordination, la puissance des polyrythmies, apprendre à transmettre, célébrer et se nourrir de cette source intarissable qu'est le rythme. Elle complétera et élargira à merveille toute profession éducative, sociale, socio-culturelle, thérapeutique et musicale.

Pour enseignants, formateurs, éducateurs, thérapeutes, musiciens ou simplement pour votre propre développement et bien-être personnel
