



Du 23 au 28 août 2021

UNE SEMAINE AU CŒUR DE L'ENCRE

LE STAGE PROGRAMMÉ POUR PÂQUES À DIEULEFIT A ÉTÉ REPORTÉ À LA FIN AOÛT 2021. DU 23 AU 28 AOÛT 2021.

Du 23 au 28 août 2021 l'Atelier du Tanuki est toujours invité à partager un très beau lieu d'hébergement en pleine nature : **L'école de Beauvallon à Dieulefit.** <http://www.ecoledebeauvallon.fr>

Nous partagerons les lieux et l'organisation avec l'**Association Nakaima. Qigong, taïchi, aikido, méditation zen** seront enseignés et animé par **Jérôme Guillerand et Olivier Pierre** <https://aikidoparis13.com>

La **calligraphie japonaise-shodo-** et la **peinture à l'encre -sumi-e-** seront enseignés et animés par **Alessandra Laneve.** C'est une occasion pour expérimenter le mutuel enrichissement de ces différents voies du souffle.

SHODÔ 書道 : Le shodô est la voie de l'écriture. Nous aborderons avec créativité l'écriture et la connaissance des kanji (idéogrammes) et des kana (alphabet syllabique japonais) à travers des phrases de la littérature japonaise et de la culture zen. Nous approfondirons la connaissance du matériel du calligraphe et des techniques du trait.

SUMI-E 墨画 : Sumi-e signifie en japonais : images d'encre. Elle ne nécessite pas de mots, cependant **son étroite relation avec la pratique de l'écriture** est évidente. Le sumi-e se nourrit directement de la pratique du trait calligraphique : nous **écrivons** des images. Plus qu'une technique, il s'agit d'une contemplation, d'un jeu avec l'eau, l'encre et le papier.

La pratique du sumi-e durant ce stage n'est pas séparable de la matinée de calligraphie. Ainsi elle devient accessible à tous, même débutants. **La pratique du sumi-e est facultative pour qui pratique la calligraphie.**

Tarifs du stage de calligraphie :

240 € la semaine

50 € la journée

Programme du stage de calligraphie :

Matin : 10h-12h30.

Après-midi : 14h-18h (voir détails au verso)



Le programme peut être suivi en entier ou à la journée. N'hésitez pas à me contacter pour réserver votre place et pour adapter le stage à votre pratique et à vos envies.

Un pont entre les disciplines est possible

Pour les participants au stage de calligraphie :

- médiation matinale - participation libre et sans frais
- initiation à l'aikido chaque jour 18h-19h30. 15 € la séance
- initiation au cours de qigong de 9h-10h 6 séances 85 € / une séance 15 €

Pour les participants aux autres stages :

- initiation à la calligraphie du lundi au jeudi 14h30-15h30. 15 € la séance, matériel compris.

Pour le stage ou les journées complètes de calligraphie et sumi-e, le matériel non consommable (pierres à encre, chiffons, tapis, presse papier etc) sera prêté.

Chaque stagiaire prends à sa charge le papier, l'encre et les pinceaux. Il est toutefois conseillé de venir avec son propre tapis de sol.

Programme	matin	après-midi
Dimanche		Arrivée
Lundi 23 月	10h30 - 11h30h : démonstration du professeur, étude des styles régulier et semi-cursif, kaisho et gyosho. 11h30 - 12h30 : pratique à la table et en grand format au sol.	14h -15h30 : cours pour tout débutants. 14h - 18h : travail libre, encadré par le professeur. Possibilité d'exercices de sumi-e (dessin à l'encre) en petit et en grand format.
Mardi 24 火	10h30 - 11h30 : démonstration du professeur, étude du style cursif, sosho et des kana (syllabique japonais). 11h30 - 12h30 : pratique à la table et en grand format au sol.	14h - 15h30 : cours pour tout débutants. 14h - 18h : travail libre, encadré par le professeur. Possibilité d'exercices de sumi-e (dessin à l'encre) en petit et en grand format.
Mercredi 25 水	10h30 - 11h30 : démonstration du professeur, étude des styles sigillaires et de la gravure des sceaux. 11h30 - 12h30 : pratique à la table et en grand format au sol.	14h - 15h30 : cours pour tout débutants. 14h - 18h : travail libre, encadré par le professeur. Possibilité d'exercices de sumi-e (dessin à l'encre) en petit et en grand format.
Giovedì 26 木	Grand format et démonstrations : calligraphie et sumi-e. Préparation et choix des modèles.	14h - 15h30 : cours pour tout débutants. 14h - 18h : travail libre, encadré par le professeur. Préparation des démonstrations.
Vendredi 27 金	Grand format et démonstrations : calligraphie et sumi-e. Préparation des démonstrations. La participation aux démonstrations publiques est facultative.	Pratique libre. La démonstration publique de calligraphie aura lieu à l'école de Beauvallon à 18h avant un banquet de fin de stage. Cet événement festif et convivial sera animé par Alessnadra Laneve, mais tous ceux qui le désirent, peuvent y participer activement !
Samedi 28	Temps libre	Départs
Dimanche 29	Départs	

Activités conseillées : 7h00 - 8h00 méditation avec Jérôme Guillerand (gratuit)

8h30 - 9h30 qiqong avec Jérôme Guillerand (6 séances 85 € / une séance 15 €)

Hébergement/nourriture

L'école Beauvallon se situe dans la commune de Dieulefit entre Valence Montélimar et Nyons. Grande maison. Chambres une ou deux personnes (couchages draps et serviettes non fournis). Grande Cuisine professionnelle sur place.

Nous espérons d'avoir toujours avec nous **Roland** artiste cuisinier qui se propose bénévolement de confectionner tous les repas (avec participation à la mise en place, vaisselle, aide en cuisine si besoin) le tarif est basé sur le partage des courses nécessaires à tous les repas. **Compter de 80 € à 100 € la semaine**, petit déjeuner /déjeuner /dîner compris du dimanche 22 au soir au samedi 28 midi). Repas équilibrés !

Ce service fera l'objet d'un don libre au cuisinier pour sa prestation.

Une petite réunion le dimanche soir précisera l'organisation mais dites assez tôt

si vous optez pour cette proposition. Le ménage est à notre charge et se fera le samedi après le déjeuner.

Autre solution : nourriture et préparation à votre charge. Vous faites votre vie.

TARIF HÉBERGEMENT : stage du 22 août au soir au 28 avril : 174 € Nuitée supplémentaire à 28 €.

N'attendez pas trop à nous manifester votre intention car, pour reprogrammer les stages nous avons besoin de votre réactivité ! Arigoatoooo.

Afin de réserver l'hébergement : un acompte correspondant au montant de l'hébergement de 174 € sera envoyé à :

Association Nakaima chez Rosine Beaud 16 avenue des Gobelins 75005 Paris.

