



## STAGE DE CALLIGRAPHIE JAPONAISE « SHODÔ »

### ENFANTS ET ADOLESCENTS

« Connais-toi toi-même »

*Socrate*

Dans notre société actuelle nous trouvons de moins en moins une opportunité pour s'isoler du vacarme du monde.

La rencontre avec soi-même, la possibilité d'un **silence**, d'une intériorisation semble nous faire peur et nous la remplissons par des distractions et des activités qui font appel de plus en plus à nos émotions.

Un des objectifs de cet atelier est de permettre aux participants un espace où ils puissent avoir accès à eux-mêmes dans leur soi. Cela par une approche neutre de toute croyance ou positionnement spirituel.

A l'aide d'un pinceau, d'une feuille de papier, d'un peu d'encre... Le voyage intérieur se fait à travers le **souffle** pour atteindre un geste unique à chaque individu.

Le trajet commence par la prise de conscience de son **corps**, de sa respiration de sa coordination avec le **mental**.

Le tout par des explications simples et décontractées.

Comme support des idéogrammes japonais. Ces graphes venus d'ailleurs ne trouvent pas de référent dans notre mémoire et nous permettent plus de **liberté** pour les aborder.

Bien que cet atelier est à l'origine ouvert à tous, il est bien plus signifiant l'**impact** qu'il produit sur les enfants à partir de 8 ans, et les jeunes adolescents.

Aucune connaissance préalable du dessin ni de la langue japonaise n'est requise.

## LOGISTIQUE

Groupe de min. 4 personnes

Max. 12 personnes

Durée de l'atelier 2 h

Matériel fourni par nos soins :

Les plastiques de protection pour les tables

Les feutres qui servent de support

Les pinceaux (prêt)

Matériel à fournir par vos soins:

Des tables (1 pour 2 personnes)

Du papier A4 (une ramette, papier à recycler ok)

Un point d'eau

Matériel Inclus dans le devis :

Le papier du riz pour les travaux finals

L'encre de Chine

## Association

### Art et Culture Japonais

5 bis rue Jean Jacques Rousseau  
70300 SAINT SAUVEUR

artjapon@yahoo.fr

[www.artjapon.org](http://www.artjapon.org)

