

Musicorps : l'apaisement avec la saison 4

Musicorps, ce sont des stages de chant, de gym douce et un travail d'oreille qui ont une raison sociale à Mûrs-Érigné désormais et des résonances quasi orientales.

Musicorps a déménagé sur Mûrs-Érigné pour des raisons logistiques. Dans la perspective, peut-être, de trouver un local où intégrer ses stages corporels, musicaux et de chants si demande il y a. Ceux-ci sont toujours physiquement centralisés sur Angers, « afin d'être au carrefour de tous les intérêts », signale Emmanuelle Jaffrelot, sa présidente, qui voue une passion à la musique et au chant du corps.

Saison hivernale

« En hiver, on entre dans la saison 4. Il faut préparer son corps à sonner autrement dans un projet artistique et personnel. Notre corps est nettement intériorisé en cet-



A chaque saison ses bienfaits par les sons et le chant du corps

te saison », rappelle la musicienne. « Chanter doit être un apaisement. Il ne faut pas le bousculer, mais le soutenir. » Un plaisir corporel, respiratoire et vibratoire partagé par des dizaines de passionnés. « On parle, on chante, on ouvre son corps dans sa totalité d'après des techniques éprouvées en Iran, au Japon, au Tibet, en Chine. »

De l'os à l'air

Comment déverrouille-t-on

son corps ? Eh bien, à la manière d'un instrument de musique à vent qu'il faut chauffer avant de passer à l'expression soutenue. « De l'os à l'air, par des séances précises sur l'abdominal, le thoracique et le claviculaire qui accordent les trois centres du corps. On complète par des respirations latérales pour une ouverture maximale. Car, pour récupérer son potentiel respiratoire, repartir

requinqué et retrouver l'harmonie, il faut apprendre à garder les côtes ouvertes. »

Syllabes, consonnes

Emmanuelle Jaffrelot s'appuie aussi sur des textes riches en syllabes qui vont faire sonner le corps différemment en cette saison. « Je visite les consonnes percussives pour faire exploser les sons et lâcher la respiration », conclut-elle.

Marie-Claire Vialatte, prof de chant, partage son avis et ses cours.

De l'avis de leurs élèves qui ont rejoint les cours à l'année ou les stages ponctuels, on se sent plein d'énergie, regonflé, bien vivant et les neurones rafraîchis !

Martine Sabourault

Musicorps, 11, rue Louis-Robineau, ateliers mensuels groupes, les 20 janvier, 10 février, 10 mars, 21 avril, 12 mai et 9 juin, les samedis de 10 à 12 heures. Saison 4 le 28 janvier et reprises des saisons 1 et 2 les 25 mars et 9 juillet, les dimanches de 14 h 30 à 18 heures. Pour les individuels et les stages, contacter le 02 41 44 64 66.