

Espace de créativité

Le mystère du son

*Là où le souffle se love
Où notre corps est temple
Où l'océan devient goutte*

*Là où le souffle se fait son
Où le silence écoute
Où le vent devient ciel*

*Là où le son embrasse le sens
Où l'innommable se nomme
Où l'immuable devient terre*

L'éternel se révèle

L'inconnu se dévoile

Le verbe se fait chair

Milaya Lodron

Itinéraire...

Il m'a fallu bien des années d'errance avant de rencontrer la puissance créative du chant spontané. La douleur m'a mise en marche.

Je ressentais peu d'authenticité dans mon milieu de comédienne professionnelle où toute « création » est codée, calculée, formatée pour plaire au public, pour être conforme au « produit culturel » attendu. Je souffrais de la mise en avant de l'égo. Alors je suis partie.

La recherche m'a menée vers un monastère zen, pendant toute une année.

Là, le son spontané est né du silence, de l'immobilité méditative.

De là, j'ai rejoint une formation en art-thérapie par la voix. Au détour, j'ai rencontré le chant archaïque, legs des chamanes, et la puissance de leur tambour qui bat comme un cœur...

Le chant spontané : un art du non savoir

- ***Pour moi, créativité est synonyme de transformation.***



Le chant qui émerge, mon matériau de « travail », est immatériel mais il est création en tant que creuset de la transformation. Mes stages, je les crée comme l'art de travailler avec l'inconnu, ce qui se révèle à l'instant même. Le son est une porte ouvrant vers l'indicible, vers le plus grand que soi. C'est un art du non savoir, du laisser advenir. Le mental n'est pas à l'œuvre. Bien au contraire, ceux qui n'ont pas beaucoup de technique vocale, qui ne « savent » pas chanter, trouvent une grande aide à entrer dans l'inconnu du chant sans a priori.

- ***La traversée du son : un processus alchimique***

Le son est vibration mais aussi lien, intermédiaire, entre le matériel et l'immatériel. Il permet d'aller et venir, en spirale, entre ces deux mondes. Il est porte à double battant !

Dans le processus d'exploration du son, l'on peut contacter ce que j'appelle « les terrains vagues », les endroits qui sont empêchements sur le chemin, les lieux où la transformation est nécessaire.

Il y a rencontre avec les endroits à apprivoiser, à éclairer. L'intuition parle ; les douleurs du corps aussi. Quand le son advient de ces endroits, l'empêchement s'exprime. Il n'est plus crispation inconsciente, il devient audible, prend une forme, une forme sonore... La voix est un outil qui permet de contacter l'intime, les profondeurs. Quelque chose de moi se donne à entendre. Parce que je l'entends, ce qui est exprimé me transforme. Le va et vient crée des résonances et, bien qu'éphémère, le son est creuset d'alchimie surtout lorsqu'il s'élanche en pleine nature.

Le son vibre dans la nature.

➤ *Chanter avec l'arbre*



Dans la nature les émotions, les sensations surgissent, plus fortes. En forêt, près des cascades, au creux des prairies, il y a co-évolution, œuvre de créativité dans un espace commun et le chant spontané appelle les forces de guérison des éléments.

En groupe, s'opère l'harmonie du « bain sonore », où les voix se mêlent et s'entremêlent.

Le chant individuel est voix - voie - de chaque âme...

Alors, il n'est pas rare que surgissent des synchronicités.

Ainsi, en forêt de Brocéliande, une jeune femme choisit de lancer son chant face à un arbre, un petit chêne, encore frêle, couvert de mousse. Après s'être juchée sur la pointe des pieds, elle se plante dans le sol et, s'asseyant tout contre l'arbre, elle se love, s'immerge dans l'intimité de son énergie végétale. Elle

se retrouve alors nez à nez avec une grenouille aplatie dans l'écorce et qui reste immobile tout au long du chant... Le chêne et la grenouille ont accompagné et nourri les modulations du son. Un son a jailli du dedans de la personne vers le dehors de l'arbre et de la grenouille ; en retour, il résonne depuis l'arbre et la grenouille vers la jeune femme. Brassé par ce va et vient, le chant s'est transformé peu à peu. Le dialogue fut bouleversant... Dialogue porté la symbolique explorée par Marie-Louise von Franz dans sa lecture du conte « Les trois plumes¹ » : la grenouille - ou le crapaud selon les versions - est « une déesse de la terre qui a pouvoir de vie ou de mort ; peut empoisonner ou donner la vie ; est en rapport avec le principe de l'amour ».

➤ *La force de l'intention*

Les traversées du chant de guérison se font d'autant mieux qu'elles sont soutenues par de claires intentions. Si je construis une phrase qui nomme clairement mes nœuds, les douleurs qui me bloquent et si je dis, en conscience, quelles sont mes valeurs, mon choix, l'engagement que je vais prendre, alors les mots que je pose me sont précieuses balises sur le chemin.

Milaya Lodron

Chanteuse formée en art-thérapie à l'INECAT : Institut National d'Expression, Création, Art et Thérapie.
<http://milayalodronn.free.fr> et <http://unusmundus.free.fr>

¹ Marie-Louise von Franz- « L'Interprétation des contes de fées ». Ed. J. Renard/La fontaine de pierre. 1990. p. 96