



Atelier de création
rencontrer l'immensité

Jean-François Spricigo

QUOI ?

Découverte et activation de notre universelle part créative.

La fragilité n'est pas l'expression de la faiblesse mais de la perméabilité à la Beauté.

Envisager ensemble la parole, la photo, l'écriture, la vidéo, toutes mises en situations scéniques, comme autant de supports à cet épanouissement.

Inventer collectivement un horizon commun pour accueillir la singularité de chacun, et l'exprimer auprès de tous.

POUR ?

Ce lien restauré avec notre part subtile rejaillit naturellement sur l'ensemble de nos activités quotidiennes et événementielles.

Par des modalités à la fois inédites et apaisées, nous serons à l'attention d'optimiser la concentration disponible, et donc l'efficacité alliée au plaisir.

Inspirer une approche des événements plus légère, vivifiante, afin d'en valoriser inconditionnellement, et sans affectation, toute la profondeur.

COMMENT ?

La particularité de l'approche tient notamment à l'écoute sensible de l'individu, conjuguée à l'émulation du groupe.

Intégrer l'ensemble des dynamiques opérantes dans notre vie, sans plus les juger, l'émancipation s'actualise dans l'acceptation.

Tout ce que je n'intègre pas me désintègre. Comment accepter paisiblement ce qui se produit ? Comment s'ouvrir à la fracture pour y faire entrer la lumière ?

S'affranchir de tout prérequis, dépasser les systèmes usuels qui nous ramènent au connu, au passé, à la répétition. Tant qu'il y a répétition, il y a comédien.

Je ne suis pas l'acteur de ma vie, mais son auteur. La création n'est pas au-delà, mais au-dedans de nous.

Expérimenter l'intensité du présent par l'audace de donner sa juste place au « savoir », pour oser à nouveau « sentir ».

Quand je « sens », ce que je « sais » se révèle obsolète, tout devient neuf, à commencer par soi. Bien sûr, le savoir est nécessaire – par son versant fonctionnel et non affectif – alors l'émotion ne s'inscrit plus dans la nostalgie mais dans la jouissance.

Une fois acceptée pleinement et sereinement, toute problématique quitte sa dimension pathologique pour devenir poétique.

Jouissance hors de toute comptabilité, bien ancré, l'auteur prend de la hauteur.

Ainsi rencontrer l'immensité de ce que nous sommes.

Trois modules ajustables pour convenir à l'usage et aux nécessités de situations diverses. La taille du groupe peut varier entre 6 et 20 personnes, aucun prérequis demandé. Le séminaire se déroule de façon dynamique et favorise la synergie bienveillante du groupe. Par des échanges pragmatiques et des mises en situations, Jean-François stimulera le caractère créatif et sensible présent en tous.

Explorer nos qualités et notre part d'ombre comme la plus belle promesse de lumière. Nul besoin de souffrir pour s'offrir la juste coloration et le discernement nécessaire à transformer toutes les épreuves apparentes en opportunité de conscientisation et de joie.

Respire

reprendre son souffle, changer d'air, même un bref instant, constater combien avons-nous oublié de respirer pour vivre pleinement l'inattendu en un privilège et non une menace.

- module d'une session entre 2 et 4h
- rencontre et présentation de tous
- mise en perspective du propos de chacun
- clés pour se reconnaître plus largement que dans la contrainte d'une fonction ou d'un fonctionnement

Vertige

nous sommes plus grands que ce que nous sommes prêts à concevoir.

Vertige propice à conscientiser notre propre pesanteur, alléger la gravité quotidienne pour vivre l'intensité en dehors de la souffrance.

- entre trois et six sessions de 2 à 4h
- inclus Respire
- choix individuel d'un médium créatif pour formaliser poétiquement les préoccupations
- au fil des séances accueillir et commenter ensemble les créations de chacun
- orienter, préciser les axes pour que chaque séance soit une découverte

Perspective

abandonner notre identité mentale et égotique, cesser de résister à ce que la Vie nous offre. Reconnaître la peur psychologique participe déjà à cesser de la nourrir. La Vie est plus vaste que les conventions dictées par nos conditionnements.

L'inconnu toujours nous fait face, desserrer les poings pour mieux ouvrir les bras à l'horizon des possibles.

Auprès de la douceur, nous puiserons notre puissance, alors la peur, pareille à une boussole, sera le guide de nos dépassements.

- à partir de quatre sessions de 2 à 4h, nombre en fonction des désirs
- inclus Vertige
- suivi par courriel ou messagerie en dehors des sessions
- inventer pour chacun un chemin où il n'y en avait pas
- possibilité d'envisager une restitution publique en fonction des moyens disponibles

Jean-François Spricigo pratique la photographie, l'écriture, les arts de la scène et la vidéo. Artiste associé du CentQuatre-Paris pour les arts plastiques et le théâtre, son œuvre photographique est représentée en galerie par Camera Obscura à Paris, Louis Stern à Los Angeles et la A galerie à Bruxelles.

Ses dernières créations l'ont amené à collaborer avec l'actrice Anna Mouglalis, les chanteurs Philippe Jaroussky, Albin de la Simone, Dominique A, le pianiste Alexandre Tharaud, l'acteur Jacques Bonnaffé, le romancier Philippe Grimbert et le chorégraphe Josef Nadj.

Depuis plus de 20 ans, il mène des ateliers à travers le monde, auprès de publics variés, allant du professionnel exigeant à l'adolescent en manque de repère, d'adultes en fragilités psychiques à l'amateur éclairé, quelque soit son âge.

Jean-François propose une écoute des spécificités de tous, afin que chacun s'autorise la puissance curative et joyeuse des émotions.

La pédagogique s'articule autour de l'autorisation et l'encouragement de nos élans par une intégration sereine de nos pulsions. Se relier intensément au réel, plutôt qu'y renoncer, accueillir l'instant, et envisager l'inconnu en allié.

