



## “ LA MEDECINE DE TA VOIX ”

*Aller à la rencontre, guérir et me réconcilier avec ma voix, en écoutant la médecine qu'elle apporte.*



Pour les anciens, le chant est une médecine que nous pouvons tous donner pour nous guérir et guérir ceux qui nous entourent. Il n'y a personne qui "chante mal", il suffit d'éveiller la mémoire, d'honorer la médecine de l'intention et d'activer la médecine de notre voix à partir du cœur.

Notre voix naît dans la première respiration, le premier cri, puis nous balbutions et ensuite vient le chant. Nous chantons pour nous amuser, pour nous calmer, lorsque nous sommes heureux ou tristes, pour nous bercer et bercer.

Notre voix peut être une médecine lorsque nous savons comment l'activer, lorsque nous l'avons guérie et équilibrée. Lorsque cela se produit, notre voix s'éveille, se connecte à notre cœur et atteint ensuite le cœur de ceux qui nous entourent ; c'est alors que nous pouvons transmettre le message que nous apportons.

Je t'invite à te reconnecter à ta voix, à accepter et à aimer ce que tu es capable d'exprimer, à travers une expérience bienveillante d'exploration de ton corps, de ta respiration et de ta voix, pour découvrir qu'il ne s'agit pas de "savoir chanter", mais de se souvenir des voix de tout ce que nous avons été, du mystère du son que notre corps garde en nous et enfin de donner nos voix au service de la Pachamama, la Terre-Mère, pour nous guérir et pour guérir.

### *A qui s'adresse ce cercle-atelier ?*

Cet atelier s'adresse à toutes les personnes qui souhaitent expérimenter leur chant sacré, leur chant médicinal, il ne nécessite pas d'expérience, il n'est pas nécessaire de "savoir" chanter, juste l'intention de se connecter profondément à soi-même, à l'essence de son être et de s'autoriser à exprimer la mémoire du chant gardée par notre corps, qui est l'extension de la Terre Mère, de notre Pachamama.

## *Que ferons-nous ?*

- Présentation : Qu'est-ce que la médecine de la voix et comment l'activer ?
- Cercle de parole chanté
- Exercices corporels : mouvement et respiration consciente.
- Le pouvoir de notre voix : exercices d'activation de la médecine vocale - "Trouver notre voix".
- Méditation guidée "Reconnaître notre propre voix en se connectant aux éléments" (eau, feu, air et terre).
- Pause
- Cercle de parole
- Le pouvoir créatif de nos mots / Chanter en jouant - Apprendre à devenir plus flexible
- Cercles de sons de l'âme et de chants médicinaux communautaires.
- Cercle de clôture

## *De quoi auras-tu besoin ?*

- Des vêtements confortables permettant de se déplacer sans difficulté / Des chaussettes épaisses / Un coussin et/ou une couverture pour s'asseoir sur le sol.
- Ton instrument de musique, une maracas ou un tambour si tu en as un.
- De l'eau à boire et des aliments sains à partager après l'atelier.
- Si tu le souhaites, un carnet et un stylo pour prendre des notes.

Ce cercle-atelier est facilité par Warawara Neila Marquina, prêtresse de la Pachamama, de la Lune et du Soleil. Femme-médecine amawtique, Wilumi initiée à la sagesse ancestrale amawtica.



Warawara accompagne les voyages sacrés avec des chants médicinaux.



Warawara est assistée et traduite par **Illa Ditmeyer Moreau**, de racines franco-boliviennes, jiska wilumi, membre de l'association Chakana Pacha, au service de l'intégration de la ritualité, des sagesse ancestrales et des pédagogies de la Pachamama.

**Dates** : le vendredi 18 août de 18h30 à 22h.

**Tarif** : 45 euros

**Pour tout renseignement ou inscription** : contacter Illa (06.52.52.24.93) ou Elodie (06.10.44.50.52, seulement via Whatsapp). **Le nombre de places est limité à 13 personnes.**