



Création poétique à la japonaise: à la découverte du haïku et komorebi

 Mme FRUMUZACHE Oana

INFORMATIONS

 M2A UP19
(Atelier)

 Début le mardi 04 mars 2025

 DURÉE : 01:15

Prix : 77.00 €

PROFILS : Autrice | Coach créatif

PRE REQUIS :

Pas de pré-requis

MATERIEL :

À prévoir:

Un petit carnet (A6 ou encore plus petit à feuilles blanches) qui servira de support à votre créativité, un stylo et des feuilles de brouillon pour la partie créative.

Vous pouvez apporter des stickers, feutres, crayons de couleurs, washi-tape, aquarelles ou toute autre décoration pour la forme finale de vos poèmes dans le petit carnet.

CODE ACTIVITÉ : 9MA0967

DESCRIPTION

Le haïku, ce petit poème d'origine japonaise, est pratiqué dans les écoles comme dans les ateliers d'écriture partout dans le monde. Que ce soit les plus grands poètes ou de simples amateurs de poésie, il constitue un moyen d'expression poétique mais aussi un art de vivre. Pour certains, même de la thérapie artistique.

Cette forme japonaise de poésie permet de noter les émotions, le moment qui passe et qui émerveille ou qui étonne. Il capture l'instant présent dans ce qu'il y a de singulier et d'éphémère à la croisée de la permanence et l'impermanence. Peinture d'ici et maintenant, de l'ordinaire saisi avec une simplicité extrême afin d'apprivoiser l'émotion.

Considéré comme « le plus petit poème au monde », il s'écrit principalement sur trois lignes selon le rythme court / long / court : 5 / 7 / 5 syllabes dans sa forme classique.

Komorebi : difficile à traduire, le komorebi c'est l'image de la lumière du soleil qui filtre à travers les feuillages des arbres, un concept très présent dans les haïkus.

Une **musique relaxante** et une **thématique** s'ajoutent à cet atelier qui vous propose **d'écrire des haïkus** comme un livre manuscrit afin d'explorer votre créativité, écrire et profiter d'un moment de détente dans l'instant présent.

Voyageur, le haïku

vole de langue en langue.

Oh, le drôle d'oiseau !

(Florence Olivier)

Le déroulement d'une séance en une heure et quinze minutes :

10-15 minutes pour présenter la thématique du jour, des haïkus et des images inspirantes.

45-55 minutes de création artistique et d'écriture au son d'une musique apaisante avec le support de l'animatrice.

10-15 minutes dédiées au partage et retours bienveillants.

Distinction pour la première et dernière séance :

1ère séance : nous allons approfondir dans l'art des haïkus et voir des exemples ainsi que démarrer la création par un tout premier petit exercice.

Dernière séance : nous allons combiner la création artistique des haïkus avec la préparation de notre carnet de poèmes dans sa version finale ainsi qu'une carte décorée, voir illustrée à encadrer avec notre création poétique favorite.

La lecture des textes et le retour du collectif permettent de vivre un moment constructif et bienveillant dans lequel tout le monde apprend de ses coéquipiers créatifs.

L'atelier peut se réaliser en complément avec les autres ateliers : « Écriture Créative » et « Créez un fanzine poétique ».



OBJECTIFS

Dans cet atelier vous pourrez :

- Oser, essayer, jouer, imaginer
- Développer votre créativité
- Améliorer votre confiance en vous
- Inventer à partir de contraintes données
- Gérer le stress (lors des lectures particulièrement)
- Convoquer votre imaginaire et vous ouvrir à celui des autres
- Faire des critiques constructives et bienveillantes
- Vous impliquer de manière active à un projet de groupe
- Apprendre à capter l'émotion dans l'ordinaire
- Apprendre la technique de l'écriture poétique des haïkus
- Pratiquer la pleine conscience
- Écrire spontanément et savoir retravailler ce type d'écriture
- Affronter la peur de la page blanche

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mardi	04-03-2025	09:30	01:15	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mardi	11-03-2025	09:30	01:15	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mardi	18-03-2025	09:30	01:15	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mardi	25-03-2025	09:30	01:15	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mardi	01-04-2025	09:30	01:15	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mardi	22-04-2025	09:30	01:15	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE