



## ATELIER

# Suminagashi: l'art japonais des encres flottantes

Samedi 04 février 2023

« Saisir les phénomènes dans leur totalité mouvante et capter ainsi l'esprit de la vie » - Fabienne Verdier

### Public

Cet atelier d'une demi-journée est ouvert à toutes et tous, dès l'âge de 10 ans. Aucun prérequis n'est nécessaire.

### Intention de l'atelier

La technique japonaise du Suminagashi est un art décoratif qui consiste à réaliser des marbrures à l'encre sur papier.

Hautement contemplative, cette pratique artistique se nourrit du mouvement et du lâcher prise. Et l'encre déposée à la surface de l'eau est le point de départ de chorégraphies élémentaires et cosmiques, que l'on fige ensuite sur une feuille.

Pendant cet atelier d'une demi-journée, nous vous proposons de:

- Découvrir à la fois les bases techniques et le potentiel poétique et contemplatif de cet art
- Entreprendre un voyage sensoriel et créatif
- Pratiquer différents exercices ciblés, esquissant les nombreuses possibilités d'expérimentation
- Avoir une meilleure connaissance du contexte géographique et historique de cette technique

Le déroulement de l'atelier est largement interactif et les questions et interventions des participant-es ne manqueront pas de l'influencer.

Et naturellement, vous pourrez emporter avec vous les œuvres que vous aurez réalisées durant cet atelier.

En savoir plus : [www.suminagashi.ch](http://www.suminagashi.ch)

### Conditions pratiques

Horaires Groupe 1: de 09h30 à 12h30 (8 pers max)  
Groupe 2: de 14h00 à 17h00 (8 pers max)

Lieu Espace Plantaporrêts, rue des Plantaporrêts 3, 1205 Genève

Matériel	Tout le matériel nécessaire est fourni: papier, encres, pinceaux, etc.
Coût	Frais d'inscription de CHF 40.- par personne à régler avant l'atelier + Participation Libre et Consciente le jour de l'atelier (voir ci-dessous)
Inscription	<a href="http://www.ressource-mindfulness.ch/suminagashi">www.ressource-mindfulness.ch/suminagashi</a> ou par courriel à <a href="mailto:frederic@ressource-mindfulness.ch">frederic@ressource-mindfulness.ch</a>

### Qu'est-ce que la Participation Libre et Consciente ?

Les frais d'inscription de CHF 40.- couvrent uniquement la location de la salle et les frais administratifs et logistiques. A ces frais, il importe de rajouter la Participation Libre et Consciente, remise par chaque participant-e en fin d'atelier.

La Participation Libre et Consciente est une autre façon d'envisager la rémunération d'une activité telle qu'un atelier ou une intervention. Il s'agit d'un mode de valorisation participatif, transparent et solidaire, développé notamment par l'Université du Nous. Elle fait l'objet de plus amples explications avant et pendant l'atelier. Dans tous les cas, cette contribution consciente doit être proportionnée à la capacité financière de chacun-e.

### Intervenant



#### Bastien Conus, artiste et médiateur culturel

Artiste diplômé de l'école cantonale d'Art de Lausanne, il expose sa pratique dessinatoire en Suisse Romande depuis une dizaine d'années.

Tombé dans les méandres lents du suminagashi en 2018, et après une phase d'exploration autodidacte, il complète sa formation auprès d'Elsa Schwarzer (NE) et Anne Lasserre (Dordogne), religieuses.

Convaincu des vertus joyeuses et contemplatives de cet art, il se consacre depuis 2 ans à faire partager sa passion.



#### Ressource Mindfulness

rue des Plantaporrêts 3, 1205 Genève  
[www.ressource-mindfulness.ch](http://www.ressource-mindfulness.ch)

Fondé en 2009, Ressource Mindfulness propose des activités et des programmes s'appuyant sur l'acquisition de compétences dans le domaine de la méditation de Pleine Conscience.