

Les ateliers de conte avec Jean-Marc Talamoni



L'imaginaire à la rencontre de soi

Ateliers de conte avec Jean-Marc Talamoni

Imaginaire, liberté et confiance en soi

Contenu

L'imaginaire et l'esprit libéré	page 3
Jean-Marc Talamoni, conteur	page 4
Contenu des ateliers	page 5
Contenu des ateliers : travaux pratiques	page 6
La communication et le développement de l'imaginaire	page 7
L'imaginaire à la rencontre de soi	page 8
L'imaginaire et la confiance en soi	page 9
Le conte classique et la vie en société	page 10
La création du conte et l'art de la communication orale	page 11
S'écouter et écouter les autres	page 12
Oralité, langage du corps et gestuelle	page 13
À quel public les ateliers s'adressent-ils ?	page 14

Contact : jean.talamoni@gmail.com

Facebook : Conte-moi la Corse

Textes, contenu et idées exprimées dans cette brochure :
Copyright Jean-Marc Talamoni & Doris Kneller

Photo du titre : Doris Kneller

Ateliers de conte avec Jean-Marc Talamoni

Imaginaire, liberté et confiance en soi

Notre imaginaire est notre liberté

Développer son imaginaire, cela signifie être capable de se comporter librement dans toute situation de la vie : le contact - professionnel ou personnel - devient plus aisé, plus naturel. Avec la confiance dans son imaginaire et la conscience de soi grandissent l'assurance et le plaisir de vivre, d'agir et de se produire en société.

L'imagination, l'imaginaire et l'esprit libéré

Les ateliers de Jean-Marc Talamoni, conteur et troubadour de la beauté, proposent le développement de l'imaginaire par le conte. Car il n'y a pas humain sans imagination - bien que, dans notre société où le « rationnel » a été inventé pour emprisonner l'esprit libre, beaucoup de gens aient temporairement oublié la leur.

Maîtriser la vie grâce à la création de contes

Dans ses ateliers, Jean-Marc Talamoni aide à **réveiller l'imaginaire** qui sommeille en nous. Les participants à l'atelier étudient la structure du conte classique pour, forts de cette base, créer leurs propres contes, s'exercent au **récit oral** et au **langage du corps**, à la **gestuelle**. Ils apprennent à narrer un conte de leur imagination devant un public et, parallèlement, à maîtriser leur vie grâce à leur imaginaire retrouvé.

L'imaginaire libère corps et esprit. Il envoie à la rencontre de soi, procure de l'assurance dans la vie professionnelle et du bien-être dans toutes les situations de l'existence quotidienne.

Ateliers de conte avec Jean-Marc Talamoni

Imaginaire, liberté et confiance en soi

Jean-Marc Talamoni, conteur et troubadour de la beauté

Sa mission : narrer des contes traditionnels et moins traditionnels, sérieux, humoristiques, profonds... célébrer l'esprit humain et son vécu, la joie des femmes et des hommes qui restent souriant face à la vie, leurs soucis, leurs tristesses, leurs plaisirs quotidiens - et l'humour de ceux qui savent encore rire d'eux-mêmes.

Jean-Marc Talamoni est conteur. Son sujet, sa passion, sa patrie, c'est l'imaginaire.

Comme tous les conteurs, Jean-Marc Talamoni partage ses contes oralement avec son public. Ils changent avec la saison, le soleil, le vent et l'humeur du moment. Une histoire, lorsqu'elle est contée une deuxième fois, n'est jamais identique à sa première version - les contes de Jean-Marc Talamoni sont comme les êtres vivants : ils bougent, ils se transforment, ils respirent, ils existent...

« Notre imaginaire est votre réalité »

Avec ses contes, Jean-Marc Talamoni parcourt l'Europe, aidant à préserver une culture qui n'est pas encore entièrement oubliée : narrer, préserver des idées pour l'éternité - conter... « Croyez-nous les conteurs, car notre imaginaire, c'est votre réalité. »

Publication :

Jean-Marc Talamoni, Conte-moi la Corse
Contes de Jean-Marc Talamoni, photos de Doris Kneller
Planète Ariadne, Copyright 2017, 100 pages, couleur

Ateliers de conte avec Jean-Marc Talamoni

Imaginaire, liberté et confiance en soi

Le contenu des ateliers

Pendant les ateliers de Jean-Marc Talamoni, les participants travaillent sur la **création** et l'**oralité**. Mais la connaissance et l'usage du **langage du corps** marquent également une partie essentielle.

Les futurs conteurs apprennent à utiliser leur corps pour ouvrir leur imaginaire au public et, parallèlement, à lire la mimique et la gestuelle de ceux qui écoutent, pour mieux comprendre leurs envies et leurs besoins. Le regard du conteur pénètre dans le for intérieur de son public.

L'apprentissage du conte, une art-thérapie

Avec l'apprentissage de lire dans le langage du corps des autres, représentant le résultat d'une sorte d'**art-thérapie** propre au conte, les participants aux ateliers prennent l'habitude d'observer les gens qui les entourent, d'interpréter leurs attitudes et, finalement, d'intégrer cette habitude dans toute communication privée ou professionnelle.

La première rencontre des participants se déroule dans la forme d'une discussion genre question-réponse : l'interprétation de la notion du conte classique et de la création, la structure du conte, ses règles, le « rythme de trois » relevant deux échecs pour une réussite, le concept - le sens - du temps passé, présent ou futur, la position du héros - ou antihéros - gentil, méchant, réel ou fantastique dans le conte.

Parallèlement, le futur conteur réfléchit à la société, la moralité dans le conte et le réel, le développement de l'imaginaire et, à tout stade de l'atelier, l'impact du conte sur la vie quotidienne de celui qui conte.

Un conteur ne craint pas la réalité : la compréhension par l'imaginaire la prive de ses mystères et de ses périls

Ateliers de conte avec Jean-Marc Talamoni

Imaginaire, liberté et confiance en soi

Le contenu des ateliers : travaux pratiques

Au cours d'un cycle d'ateliers, quatre-vingts pour cent du temps sont consacrés aux travaux pratiques. La courte partie théorique appartient à la conception et à l'écriture - créer un « scénario », une sorte de plan de déroulement, qui guide le développement oral, se traduisant en un ensemble d'oralité, de mimique et de gestuelle -, tandis que l'expression orale, c'est-à-dire l'**expression de soi**, de son imaginaire, et le **langage du corps** forment la partie principale des ateliers.

Mais qui dit expression orale dit aussi écoute. Et qui dit langage du corps dit aussi observation. Le futur conteur ne se contente pas du développement de l'expression de soi : il prend l'habitude d'écouter et d'observer les réactions de son public et, par conséquent, d'interpréter la mimique et la gestuelle des personnes qu'il rencontre dans sa vie quotidienne, dans des situations professionnelles ou privées.

Le conteur n'est pas isolé de son entourage : il puise son inspiration dans la société dans laquelle il vit. Ainsi, son imagination fusionne avec sa réalité, il perd la crainte du stress de tous les jours et mène les rencontres avec ses interlocuteurs de la vie quotidienne comme il mène ses rencontres avec l'imaginaire : il observe, il écoute, il réagit.

La capacité de comprendre « l'autre » résultant de l'écoute et de l'observation de son langage du corps - des réactions devenues naturelles au cours des ateliers - lui donne **assurance** et **confiance en soi** non seulement sur scène, mais dans toute sorte de situation.

Exemples d'exercices : miroir - guider et être guidé -, partage de mots, entraînement d'élocution et de mémorisation, conter d'après un personnage, un tableau, un lieu, se mettre dans la peau du public/de l'interlocuteur, écouter et reprendre des éléments des contes d'autres participants, ...

Ateliers de conte avec Jean-Marc Talamoni

Imaginaire, liberté et confiance en soi

La communication et le développement de l'imaginaire

Célébrer l'esprit humain, cela signifie célébrer le bien-être. Conteur et chanteur de l'imaginaire, Jean-Marc Talamoni est aussi **Coach de l'estime de soi**. Il travaille, entre autres, avec des chômeurs de longue durée qui, par ses ateliers, réapprennent à faire face à la vie et à reprendre leur place dans la société.

Toutefois, non seulement les personnes qui, à un moment de leur vie, se sentent exclus de la société, ont besoin de s'appuyer sur l'imaginaire. Souvent, le quotidien fait tout pour nous priver de notre naturel, de l'**expression de soi**, de la rencontre avec nous-mêmes.

L'imaginaire, en revanche, nous aide à rester fidèles à nos rêves, à nos desseins, à notre personnalité et, surtout, à nos objectifs.

L'imaginaire ne nous mène pas seulement sur les traces de notre propre être. Dans tout stade de sa vie, l'humain a besoin de **communiquer** - pour être heureux au niveau personnel, pour réaliser ses idées et pour réussir ses ambitions professionnelles.

Or, communication implique la transmission des signaux à l'autre et la compréhension de ceux qu'il émet.

Et rien n'est plus apte que notre imaginaire à ouvrir notre esprit et à le rendre capable de se mettre « dans la peau » de notre interlocuteur.

L'imaginaire est la force qui nous rend capable de comprendre la vie - et de comprendre « l'autre ».

Ateliers de conte avec Jean-Marc Talamoni

Imaginaire, liberté et confiance en soi

L'imaginaire à la rencontre de soi

À notre époque, où tous les chemins imaginables s'ouvrent à la communication, où nous pouvons bavarder de visu avec une personne éloignée des milliers de kilomètres comme si elle se tenait devant nous, où un message écrit tourne autour de la planète dans quelques secondes - au milieu de toutes ces possibilités avons-nous toujours besoin d'aller à la rencontre de nous-mêmes ?

À première vue : non... pour quoi faire ? N'est-il pas suffisant de communiquer nos besoins et nos désirs à ceux qui sont prêts à les lire ou à les entendre, à les *liker* sur les réseaux sociaux ou à ouvrir les oreilles à des confiances languissant d'être prononcées ?

De quoi avez-vous envie ?

Nous avons réalisé un petit sondage basant sur la question : « De quoi avez-vous envie, en ce moment, indépendamment des limites financières et du temps libre ? » Et la réponse ? - À plus de 80 pour cent un haussement perplexe des épaules... Autrement dit, la plupart de nos concitoyens ne savent plus de quoi ils ont envie !

On pourrait donc se demander, à quoi servent toutes les possibilités de communication électronique si elles ne peuvent pas nous répondre à la question la plus basique de notre existence ?

Mais la réponse existe. Elle a survécu dans nos rêves, dans les idées qui jaillissaient de notre esprit avant qu'il ne soit emprisonné par les contraintes d'une vie « correcte » de société. L'imaginaire la connaît.

Et il est toujours prêt à nous la confier - sous condition que nous le laissons parler.

Ateliers de conte avec Jean-Marc Talamoni

Imaginaire, liberté et confiance en soi

L'imaginaire et la confiance en soi

L'imaginaire nous aide à connaître nos désirs, à savoir qui nous sommes, à nous confronter avec notre « moi » le plus profond. L'imaginaire nous fait comprendre notre position dans la vie et dans la société. L'imaginaire fait surgir les possibilités enfouies dans notre for intérieur, ensevelies par un quotidien qui nous a fait oublier de croire en notre force, en nos capacités, en nous-mêmes.

L'imaginaire nous rend la clé du portail qui mène vers notre vérité. Si nous réussissons d'ouvrir ce portail, toutes les portes du monde et l'univers entier s'ouvrent pour nous.

La route de l'imaginaire est l'avenue des espoirs

Avec la confiance en nous, c'est-à-dire la connaissance de nos capacités et, par conséquent, l'**absence de la peur de l'échec**, nous maîtrisons notre vie professionnelle et personnelle. Un humain placé par sa carrière « au-dessus » de nous n'a plus rien de « supérieur », la communication avec des collègues dont le travail nous sommes censés guider devient facile : notre imaginaire nous rend capables de comprendre nos propres motivations et aussi les leurs.

C'est comme, tout à coup, les « différences de classes » n'existent plus - celles qui, en vérité, n'ont été établies que par notre peur et le sommeil de notre imaginaire. Tout à coup, nous découvrons ce qui, dans notre for intérieur, nous avons toujours su : nous sommes tous pareils.

Et - peut-être le cadeau le plus précieux que notre imaginaire nous offre - nous perdons la crainte de l'échec. Car l'échec n'est rien qu'une nourriture de l'imaginaire qui, à tout moment, et prêt à le transformer en nouvelle expérience, en nouvelle réussite.

Ateliers de conte avec Jean-Marc Talamoni

Imaginaire, liberté et confiance en soi

Le conte classique et la vie en société

Un conte est un voyage qui n'a pas de fin

Le conte classique réunit tous les personnages et phénomènes qui peuplent notre quotidien : le bon et le méchant, le héros et l'antihéros, la tristesse et le bonheur, la vie et la mort. Et, bien sûr, l'échec d'un rêve, d'une action ou d'une ambition et leur réussite.

Les règles établies par les conteurs classiques basent sur le chiffre trois. Le héros - ou antihéros - dispose toujours de trois essais dont deux sont obligatoirement condamnés à échouer. La troisième fois, il gagne la main de la princesse, tue le méchant, libère son peuple ou, tout simplement, vit heureux et sans soucis jusqu'à la fin de ses jours...

...sous condition qu'il ait le courage et la persévérance de tenter sa chance une troisième fois.

La dernière phrase d'un conte marque la fin d'une période ou le résultat d'une action. Toutefois, l'imagination du public est libre de continuer l'histoire selon son propre goût - et ses propres expériences.

Celui qui maîtrise la magie de l'imaginaire mène sa vie comme les personnages d'un conte. Il sait qu'un échec n'est que la base de la réussite et que la persévérance n'est pas un vice - même si, vu de l'extérieur, elle pourrait être interprétée comme manque d'ambition...

Et il sait aussi que, souvent, une perspective un petit peu déplacée peut transformer le perdant en gagnant.

La confiance dans la réussite de la troisième fois protège le « héros » du stress provoqué par la crainte de l'échec.

Ateliers de conte avec Jean-Marc Talamoni

Imaginaire, liberté et confiance en soi

La création du conte et l'art de la communication orale

Pour créer un conte, nous n'avons pas besoin de réfléchir à la construction de phrases complexes, à une orthographe péniblement correcte et à un choix de mots littéraire. Pendant le processus de la génération de notre histoire - qui peut se dérouler par écrit ou, tout simplement, dans notre esprit - nous nous servons des termes qui jaillissent spontanément de notre imagination.

L'enfant, l'être naturel enfoui dans nous, se met à parler. Il utilise des mots simples qui ne sont pas engendrés par notre sens analytique, mais par le sentiment, les émotions, le cœur.

Un conte est une histoire transmise oralement

Au cours des ateliers de Jean-Marc Talamoni, les participants apprennent à fixer sur papier une sorte de « scénario », un « plan de déroulement » pour, par la suite, pouvoir s'y orienter. À partir de ce document, leurs contes **se développent oralement** et commencent à vivre : ils croissent, ils prennent forme pour, ensuite, développer des aspects divers - ils se transforment, ils respirent.

Toutefois, plus important encore que l'apprentissage de la création et du récit classiques d'un conte est la recherche de la méthode individuelle

Ainsi, les ateliers présentent aux participants les outils nécessaires pour employer leur imagination. Mais ils les aident surtout à trouver leur **technique personnelle** de création, mémorisation et récitation.

Ateliers de conte avec Jean-Marc Talamoni

Imaginaire, liberté et confiance en soi

S'écouter et écouter les autres

Bruno Bettelheim, pédagogue, psychologue et grand amateur de l'imaginaire, a souvent souligné qu'un conte n'est pas fait pour être lu à haute voix, mais pour être narré. Comme arguments principaux il avance une « plus grande souplesse », le « plaisir partagé » et un « meilleur échange émotionnel » entre le conteur et son public.

Nous le savons : un conte vit et se développe. Un récit est toujours un acte unique, impossible d'être répété. Il dépend de l'ambiance, de l'humeur du conteur, mais surtout du public et de ses réactions.

Conter une histoire implique écouter son public

À tout moment de sa performance, le conteur **s'écoute et écoute** son public. Pendant son récit, il réagit aux réactions du public qui rythment l'histoire, qui décident quel personnage est « bon » ou « mauvais » et mérite leur sympathie, et elles peuvent même influencer sur le moment de la fin et sur la fin elle-même de l'action.

Toutefois, écouter les autres ne fait pas seulement partie du récit, mais aussi de la **création du conte**. Car une histoire n'est pas engendrée dans le calme éternel d'une pièce isolée. Au contraire, elle naît du contact avec les gens, avec leurs soucis, avec leur joie et leur tristesse. Pour savoir conter, il faut d'abord savoir s'écouter et écouter les autres.

Un conte est la somme de tout ce qui fait bouger le monde, émeut les gens, les laisse pleurer et rire...

**...et seul un conteur qui sait écouter son entourage
a, finalement, quelque chose à raconter à son public.**

Ateliers de conte avec Jean-Marc Talamoni

Imaginaire, liberté et confiance en soi

Oralité, langage du corps et gestuelle

L'imaginaire emploie beaucoup de moyens différents pour s'exprimer. Il ne se sert pas seulement des mots et paroles qui deviennent phrases, mais aussi du visage et du corps : de la **mimique** et de la **gestuelle**.

Le conteur est le miroir des sentiments des gens parmi lesquels il vit...

...et l'image qu'il transmet et qu'il représente est le miroir des émotions de ses personnages... de ces personnages issus de son imagination qui, en fait, incarnent la vérité de tous ceux qui l'écoutent.

L'expression faciale ainsi que le jeu des mains et les mouvements du corps du conteur communiquent au public tous ces fins détails que les mots ne savent pas exprimer. L'oralité, la mimique et la gestuelle forment un ensemble qui crée les couleurs, la lumière et l'ombre, qui plonge le public dans un monde fantastique, si lointain mais, en même temps, si proche - un ensemble qui, finalement, détermine le conte.

Le conteur est le témoin du vécu, des expériences de vie et des émotions de son entourage

Le langage du corps gère la compréhension de l'autre

Cet ensemble consistant en oralité, mimique et gestuelle n'est toutefois pas réservé au conte. Il domine toute sorte de communication à l'intérieur de la société et gère les contacts humains, personnels ainsi que professionnels. Celui qui sait lire le **langage du corps** de son interlocuteur peut être sûr de comprendre ses idées et motivations - même si ses mots refusent de formuler ses véritables pensées.

Ateliers de conte avec Jean-Marc Talamoni

Imaginaire, liberté et confiance en soi

À quel public les ateliers s'adressent-ils ?

Les ateliers de conte avec Jean-Marc Talamoni se comprennent comme une sorte d'art-thérapie. Les participants apprennent les techniques nécessaires pour parler librement, sans besoin de préparer leurs discours « mot par mot », devant un public. Grâce à des techniques d'expression orale, faciale et corporelle, ils prennent de l'assurance et savent qu'ils peuvent avoir confiance en eux.

La confiance en soi ainsi que la communication par la parole et le langage du corps forment le noyau du développement de l'imaginaire. L'écoute de soi-même et des autres et l'observation des gens qui nous entourent sont d'autres ingrédients essentiels de l'apprentissage d'un créateur-conteur.

Ainsi, le sujet des ateliers n'est pas seulement la création et le récit d'un conte, mais surtout le développement de l'imaginaire et, par conséquent, l'écoute, l'observation et, comme résultat, l'assurance devant des interlocuteurs personnels ou professionnels et la confiance en soi dans toute situation de la vie quotidienne.

De cette manière, les ateliers s'adressent à de futurs conteurs, à toutes les personnes qui ont besoin de **parler librement devant un ou plusieurs interlocuteurs**, voire un public nombreux, à ceux qui, par manque de courage et confiance en soi, n'ont pas encore réalisé leur **dessein professionnel** - qui sont à la recherche d'un travail ou rêvent d'un poste qui leur correspond mieux -, aux **managers** qui ont envie de comprendre encore mieux les personnes pour lesquelles ils se sentent responsables et à tous ceux qui cherchent à **exprimer leurs sentiments**, à renforcer leur **assurance** et la **confiance en eux** pour, finalement, se sentir mieux dans la société dans laquelle nous vivons.