



## Atelier « Calligraphie japonaise – Enfants et adolescents »

### Présentation

---

Le Japon et la culture japonaise sont généralement très populaires auprès des enfants et des adolescents, qui font preuve d'une forte curiosité en même temps qu'une grande connaissance concernant ce pays et cette culture si éloignés ! Par les animés et les mangas, dont ils sont de grands consommateurs, ils sont nombreux à s'ouvrir à d'autres aspects de la culture, en premier lieu la cuisine, la langue, l'origami...

Forcément, ils sont également très intéressés par la langue et notamment l'écriture du japonais. Mais, en raison de la difficulté de l'écriture, ils restent le plus souvent « sur le seuil », limités et parfois frustrés de ne pas pouvoir en savoir davantage.

Ils sont donc majoritairement très curieux et enthousiastes, quand il leur est proposé un atelier de découverte de la calligraphie, pour leur permettre de comprendre comment s'écrit le japonais et comment leur prénom s'écrit en japonais. Leur prénom, puis ceux de leur famille et de leurs amis, parfois de leur professeur, avant de chercher comment le nom de leurs personnages préférés de manga s'écrit !

Ils ont également un intérêt marqué et une forte envie de s'y essayer, quand il leur est donné la possibilité de pratiquer la calligraphie.

Au-delà de remplir leurs attentes et de leur permettre de vivre de nouvelles expériences autour d'un mode d'écriture qui leur était inconnu, l'atelier de calligraphie japonaise sera l'occasion, pour nos enfants et pour nos adolescents, d'entendre et d'expérimenter, par le vécu et la pratique, des « conceptions » différentes de celles qui leur sont familières :

- la notion du « beau ». Le but de la calligraphie n'est en effet pas de « réaliser une belle calligraphie » au sens où nous, Occidentaux, nous l'entendons. Réaliser une belle calligraphie au sens uniquement esthétique n'est pas le but recherché !



L'ÉLAN CRÉATIF

- la beauté dans l'harmonie et dans l'équilibre. Une calligraphie dont chacune des parties est en harmonie à la fois avec les autres parties et la partie non écrite, « vide », est belle. Comment, dès lors, le transposer dans nos vies et à nos relations les uns avec les autres ?
- le trait exprime et véhicule, pour celui qui la regarde, l'état d'esprit intérieur du calligraphe.
- les parties blanches, non écrites, autour des traits ne sont pas « vides, non remplies » ; elles ont leur « plein » et leur importance propres.
- les parties que nous considérons comme « imparfaites » - traits non droits, non remplis uniformément, les blancs et parties frangées des traits – sont les plus belles pour les calligraphes asiatiques.
- chaque calligraphie est ainsi unique ; dussions-nous y consacrer notre vie entière, il est impossible de refaire à l'identique une calligraphie. Chaque instant de notre vie est donc unique, et donc précieux !

## Pour qui ?

---

- Enfants, à partir de 7 ans, et adolescents.
- Prérequis : il n'est pas nécessaire d'avoir au préalable de connaissances en japonais et/ou en arts graphiques ni en calligraphie.

## Pour quoi ?

---

- Objectifs
  - A travers la réalisation d'une calligraphie de son prénom, harmonieuse et équilibrée :
  - Oser l'expérience du lâcher-prise.
  - Laisser exprimer sa créativité.
  - S'ouvrir à d'autres « conceptions » auxquelles nous sommes habituées.
  - Maintenir à distance son mental, pour laisser son corps atteindre ses objectifs.
  - Recevoir et exprimer ses ressentis dans les différentes phases de l'expérience du lâcher prise et de la réalisation.



L'ÉLAN CRÉATIF

- Objectifs opérationnels
  - Comprendre l'importance du non mental, dans son comportement, dans ses actions, dans la relation.
  - Libérer / développer la créativité.
  - Lâcher prise par rapport à ses objectifs initiaux, afin de glisser sur d'autres objectifs, plus en conformité avec la situation du moment, les besoins de son interlocuteur
  - Percevoir avec plus d'acuité les signaux faibles et forts dans la relation (en ne restant pas polarisé sur un objectif notamment, nous gagnons en agilité pour percevoir d'autres signaux émis par notre interlocuteur)
  - Aider à la prise de décision : en atteignant un état d'apaisement intérieur, les intuitions émergent.

## Comment ?

---

- Format, durée, lieu
  - Formation de 3h maximum (minimum 1h30)
  - Groupe de 15 participants maximum
  - Dans votre lieu ou tout autre lieu suffisamment spacieux pour disposer d'une table 2 places par participant et mettant à disposition un vidéo-projecteur et support de projection (écran ou mur blanc), un tableau blanc ou un paper-board.
- Méthodes et supports
  - Présentation Power Point du japonais et de ses systèmes d'écriture.
  - Tableau du système d'écriture katakana, réservé aux mots et noms non japonais.
  - Matériel de calligraphie japonaise.
  - Papier japonais pour calligraphie, pour la réalisation finale.
- Le programme
  - Présentation de la calligraphie japonaise et du japonais écrit
  - Transcription de son prénom en japonais
  - Démonstrations de calligraphie par l'intervenant
  - Exercices de calligraphie de son prénom par les participants
  - Accompagnement et conseils personnalisés apportés par l'intervenant.
  - Bilan de la formation.



- Le formateur – intervenant

### **Stéphane Paumier**

De formation initiale Infirmier de Secteur Psychiatrique, Stéphane Paumier a fait l'expérience d'un intense lâcher prise, à l'occasion d'un *rebirth*, au cours de cette formation. Par la suite, Stéphane s'est attaché à découvrir cette face insoupçonnée de sa personnalité en parallèle à son parcours professionnel, à travers un travail sur lui-même, avec notamment les outils de la psychanalyse lacanienne puis de la Motrice Sensitive Therapy associée à la Pleine Conscience.

Après une activité professionnelle de Faisant Fonction d'Infirmier en Chirurgie dans une clinique parisienne, Stéphane a enchaîné différentes activités, tout d'abord auprès de jeunes enfants, en centre de loisirs, puis en relation avec le Japon, dans une société de photographie, un centre culturelle franco-japonais puis une école de langue.

Après un passage dans un organisme de formation professionnelle, il a co-fondé en 2008 Quartier Japon, école de langue japonaise, centre culturel et espace événementiel, dont il a été le Directeur Opérationnel pendant près de 15 années. Stéphane utilise le japonais à travers son activité professionnelle et dans sa vie quotidienne.

Outre la gestion et le développement au quotidien de Quartier Japon, Stéphane a développé une activité de présentation de la culture japonaise, à travers l'animation d'ateliers comme de conférences et de formations en entreprises, auprès de particuliers comme de professionnels, tant des enfants, des adolescents que des adultes. Depuis 2018, il intervient ainsi régulièrement auprès d'établissements scolaires et hospitaliers, de municipalités, d'agences de communication et d'entreprises.

Stéphane commet actuellement un livre pour relater ce parcours, afin de faire partager au plus grand nombre ses savoirs tirés de ses expériences, tant concernant le lâcher-prise et ce qui en découle, quant à son rapport avec soi-même, avec son activité consciente, ainsi qu'avec ses semblables et avec son environnement au sens large.

Stéphane souhaite également mettre à disposition ce savoir et savoir-être pour accompagner celles et ceux qui ont pour projet de se découvrir et de développer leur potentiel.



L'ÉLAN CRÉATIF

### **Parmi ses récentes interventions :**

- Hôpitaux : animation d'ateliers de pratiques de la culture japonaise (calligraphie, etegami, omen, Koï nobori...)
  - Saint-Louis – service d'hématologie pour les adolescents,
  - Hôtel Dieu – service de psychiatrie adulte,
  - Georges Pompidou – services de nutrition et de pneumologie,
  - Beaujon – service de pancréatologie...
- Animation d'ateliers de pratiques de la culture japonaise (calligraphie, etegami, omen, Koï nobori...) :
  - Médiathèques et municipalités d'Ile de France...
  - Etablissements scolaires, de la maternelle à des universités d'Ile de France
  - Département de l'Essonne, à l'occasion des Journées Européennes du Patrimoine et des Rendez-vous au Jardin...
- Conférences - présentation du Japon et de la culture japonaise : Fujitsu, club séniors de Bièvres, Hôpital La Pitié-Salpêtrière – service de Pédopsychiatrie, médiathèques...

### **Evaluation et suivi**

- En fin de formation, une évaluation générale de la prestation sera proposée.