

L'atelier d'enso



Créativité et Shanga

Définition de l'enso japonais :

Enso est une peinture à l'encre représentant un cercle tracé d'un seul mouvement, les moines le traçaient pendant la méditation. Il est un symbole spirituel, une matière à penser le vide, la simplicité, la plénitude et la clarté.

C'est un cercle qui n'est jamais fermé. Il est harmonieux.

Pour peindre un enso, on se libère de toutes les entraves, entre le lâcher-prise et le contrôle, conscient du vide sans en être trop conscient (C'est la pirouette de la philosophie zen).

Le résultat est en accord avec l'état d'esprit du peintre. On vise à un cercle équilibré, on ne trouve pas la perfection dans le beau mais dans l'harmonieux. C'est cet équilibre qui fait un beau cercle.

L'Atelier en pratique :

Cet atelier consiste à tracer un enso et d'inscrire un mot dans ce cercle après une méditation et la préparation de l'encre. Il ne s'agit pas de calligraphie, dans le sens esthétique du terme, on pose une intention symbolique par le mot sur notre énergie du moment.

Matériel fourni : le papier, le pinceau et l'encre.

durée : entre 1h et 1h30

nombre max de participants : 20 personnes

Prévoir votre coussin de méditation

Contacts :

Sylvia trouvé

06 86 57 23 86

atelierdutrait@gmail.com

site internet : <https://sylviatrouve.wixsite/creation>

