

Oser sa voix

un guide authentique



Questions à Gaëlle Ecoiffier *

Réel : Pourquoi oser sa voix, ses voix ?

Gaëlle Ecoiffier : Travailler la voix, pour moi, c'est renouer, dans un esprit d'accueil et de liberté, avec ses potentiels oubliés. C'est fêter les retrouvailles avec soi-même.

Pourquoi vouloir enfermer sa voix dans une tessiture particulière ? pourquoi vouloir la normaliser en une qualité vibratoire ? Pourquoi limiter ses gammes, sa partition personnelle ? pour être qui ? Pour être quoi ?

Si l'on quitte ses habitudes, ses rainurages mentaux, son conditionnement sonore, si l'on prend le temps d'écouter, de s'écouter, d'accueillir, si on laisse la voix naviguer en son état naturel, des portes s'ouvrent. Voix d'hommes, voix de femmes, voix d'enfants, voix de différents pays, toutes deviennent alors accessibles, sans rien savoir, sans rien connaître...

Réel : En quoi la voix est-elle aussi pour vous un outil thérapeutique ?

G.E. : La voix est une photo, un pur reflet instantané et éphémère de qui je suis, là où je suis, d'où je viens. Par ses impacts et interactions sur le corps, elle se révèle être simultanément un formidable outil de soins et de transformations physiologiques, psychologiques, mentales et spirituelles. Car, tous ces sons, tous ces rythmes, porteurs d'une émotion, d'une intention, font appel à des parties du corps spécifiques, tant au niveau osseux, musculaire, liquide, qu'énergétique. Ils résonnent, massent, soignent, parlent, harmonisent, apaisent, revitalisent.

Laissons faire la voix, acceptons-en les erreurs, considérons-les comme des portes d'accès à l'inconnu pour qu'elles nous accompagnent à notre mesure. La voix, quand on ne la dirige pas, peut nous conduire bien au-delà des programmations, du mental. Elle devient un champ/chant d'expériences, un baume guérisseur, un guide authentique et bienfaisant, opérant dans le respect de soi et de ses propres rythmes.

Réel : Que proposez-vous à votre public ?

G.E. : A la lueur de toutes mes expériences, je propose des clés et des codes d'accès lors de mes conférences, ateliers et séminaires. Chacun peut, en confiance, essayer, se retrouver, oser être soi-même, élargir la conscience, entrer en Connaissance.

Un C D « Voix et chants du monde » en cours de réalisation restituera près de 20 ans de recherches et de rencontres. Il sortira au Printemps 2002, une souscription est ouverte à Accord et Voix.

Très prochainement, du 19 au 22 octobre 2001, j'ouvrirai la saison par le forum des « 1000 facettes de la voix », en partenariat avec Existence, Jacques Bonhomme et ses nombreux invités.

Réel : A quels objectifs répondez-vous dans vos stages ?

G.E. : Les motivations des participants, sont multiples : chant/plaisir et rencontres, soins, découvertes, thérapie et connaissance de soi, mieux-être.

* Gaëlle Ecoiffier Thérapeute, conférencière et chanteuse. Formée aux techniques corporelles, vocales, énergétiques, émotionnelles et respiratoires. Intervient en développement personnel, professionnel et artistique. Accompagne depuis 20 ans en groupes et en individuels.

Dirige Accord et Voix depuis 13 ans.