



M I C R O Z E N  
O R C H E S T R A

**SIESTES SONORES et INTERACTIVES**

Jean-Luc PEILHON

Serge SANA

Sophie DURAND

Contact : Serge Sana - 06 87 55 98 57  
micro.zen.orchestra@gmail.com



## NOTE D'INTENTION

**Le Micro Zen Orchestra** offre au public un moment de détente musicale à l'écoute de son environnement sonore.

Nous vivons dans un monde de vitesse et de bruits envahissants, omniprésents, de sons non filtrés, de musiques standardisées et sans silence.

En réaction à ce stress se multiplient des pratiques liées au bien-être : arts martiaux, relaxation et méditation proposent des approches plus sensorielles et globales de notre rapport au monde.

Le Micro Zen Orchestra n'est pas une nouvelle méthode de développement personnel ou de sono-thérapie, néanmoins, il s'appuie sur les codes des techniques du « bien-être » et de la relaxation qu'il détourne avec malice pour guider l'auditeur vers une **musique à écouter couché**.

Tout au long du spectacle, le spectateur est invité à se prêter au jeu d'oser la vacuité et de vivre un autre rapport au temps et à l'autre, ce qui le mènera peut-être plus loin qu'il ne l'imagine.

A travers la musique et le domaine sonore, le Micro Zen Orchestra porte un regard **distancié et teinté d'humour** sur notre époque, ses excès et ses paradoxes.

### Le Micro Zen Orchestra, une invitation à :

- S'installer dans un temps long et rompre avec la tendance à zapper.
- Vivre une **expérience collective et interactive** en explorant des modes insolites de relation aux autres par le biais de l'écoute et de la voix.
- Découvrir **d'autres manières d'écouter un concert** (être couché et guidé)
- Découvrir des sonorités nouvelles, des instruments méconnus, d'autres formes et cultures musicales et d'autres rapports au temps (musiques répétitives, Zen Japonais...)
- Porter attention aux sons qui nous entourent. Ecouter son environnement sonore (nature, ambiance urbaine, ...) comme si l'on écoutait une musique, l'apprécier pour ce qu'il est et devenir acteur dans cet environnement.



## DÉROULÉ - processus et dispositif

**Entre sieste sonore et relaxation récréative**, le public est invité à s'asseoir ou à s'allonger sur l'herbe. Les deux musiciens et la comédienne guident l'auditeur pour une expérience musicale et sensorielle inédite, captivante et interactive.

### La musique du Micro Zen Orchestra

La musique originale jouée en direct s'inscrit dans le présent, **à l'écoute du moment et des spectateurs**. Elle s'inspire des musiques du monde (Zen japonais, joutes inuites, ...) mêlées à des influences plus contemporaines et psychédéliques évoquant les Pink Floyd, les musiques répétitives de Steve Reich ou les paysages sonores de Luc Ferrari. L'orchestration mêle instruments du monde et musiques électroniques. En cours de séance on évolue progressivement de la détente et de l'écoute contemplative à des tempos plus toniques et stimulants.

### Les principales influences musicales

- **Les musiques répétitives et minimalistes**

La musique répétitive se retrouve dans de nombreuses traditions musicales (africaines, soufis, inuites, ...) et chez des compositeurs contemporains tels Steve Reich ou Philip Glass. Dans ses compositions, le Micro Zen Orchestra explore la simplicité naturelle de ces musiques et les effets contemplatifs qu'elles peuvent susciter. Les motifs et patterns répétitifs sont en constante évolution, installant l'auditeur dans un **temps long mais vivant**.

- **Le Zen Japonais**

Le Dogen, moine/penseur du XIII<sup>e</sup> siècle, questionne La voie du Zen :

« Obtient-on l'éveil par l'esprit, ou l'obtient-on par le corps ?.....c'est en abandonnant vos pensées et en laissant tomber savoir, opinions et compréhension que vous l'obtiendrez... Certains l'ont réalisé en voyant des formes, et d'autres en entendant des sons et cela grâce à leur corps ».

Suivant ces conseils, samouraïs et moines ont pratiqués le « Suizen » la recherche de l'éveil par le souffle en utilisant un instrument unique : la flûte de bambou Shakuhachi. S'inspirant de ces formes anciennes (solo Honkyoku), le Micro Zen Orchestra s'approprie **le Shakuhachi** en l'associant à d'autres instruments modernes pour créer de nouvelles propositions dans l'esprit du zen.

- **Les paysages sonores**

La plupart du temps, nos oreilles filtrent les sons ambiants jugés fatigants ou sans intérêt car faisant partie du décor.

Porter notre attention sur les sons qui nous entourent permet de découvrir à nouveau **un espace sonore vaste**, souvent très beau, et de nous ancrer dans **le temps présent**. Le Micro Zen Orchestra prend en compte et intègre la réalité acoustique du lieu. Certains passages musicaux sont conçus pour révéler et souligner les particularités de l'espace acoustique environnant (bords de l'eau, chant des oiseaux dans un parc, rumeurs de la ville, etc...) et explorent leurs richesses.

- **L'influence des musiques psychédéliques**

Epoque emblématique du mouvement hippie qui a vu fleurir les pratiques de développement personnel les plus extravagantes, les années 60 et 70 ont produit une joyeuse **synthèse des musiques pop et expérimentales**, motivée par la recherche d'un mode de vie alternatif et d'états modifiés de conscience.

Le Micro Zen Orchestra ne pouvait faire l'impasse sur l'influence de ces « **musiques planantes** » en intégrant des compositions portées par une orchestration vintage (piano électrique Wurlitzer), un dispositif électro-acoustique et des instruments ethniques.

### La place du spectateur

Au fil du spectacle, la comédienne, dans un rapport de proximité, guide le spectateur dans son voyage sensoriel. Le ton et la teneur de ses propos **détournent la terminologie des séances de relaxation** en leur apportant une touche d'humour et de poésie.

Après avoir porté son attention sur lui même, le bruit dans sa tête et les sons environnants, le spectateur est progressivement invité à lâcher prise. Il se laisse porter par la musique, il interagit avec l'environnement et les autres auditeurs.

La comédienne participe également à la création musicale avec divers instruments et sonorités fines quelle promène d'oreilles en oreilles en se déplaçant au milieu du public.

**Des «massages sonores» et des écoutes intimistes** sont ponctuellement prodigués aux auditeurs qui, peu à peu sont amenés à devenir acteurs du paysage sonore en communiquant avec leurs voisins par le biais des « écouteurs ».

- **les écouteurs**

L'écouteur est constitué d'un tube souple d'environ 3 à 6 mètres muni d'un cône à chaque extrémité. On émet un son ou une parole dans un cône, qui est reçu par un autre spectateur, l'oreille collée à l'autre bout de l'écouteur. On offre à son voisin un texte, un paysage bruité ou une improvisation sonore inspirée du moment. Chacun est tour à tour émetteur et récepteur, sans toujours connaître son interlocuteur.

Cet instrument ludique induit une situation d'écoute et de relation à l'autre **à la fois intime et insolite**.

- **les massages sonores**

Une personne s'installe confortablement tandis qu'une autre (musicien ou spectateur) lui **donne à entendre des sons au creux de l'oreille** : froissement de papiers, percussions de petits cailloux, crépitements de poils de brosses à dents, résonances de Calebasses... Ces massages révèlent les qualités sonores insoupçonnées d'objets anodins, induisent une écoute fine, et favorisent le calme et le lâcher prise. Les massages sonores suscitent également une plus grande attention portée à l'autre.



## L'Instrumentarium

Piano électrique Wurlitzer, shakuhachi (flûte japonaise), clarinettes, harmonica, hu-lusi (instrument à anches chinois), zarb (percussion iranienne), guimbardes, gong, bols tibétains, voix, boîtes à cigales...



## HISTORIQUE

Une première version du Micro Zen Orchestra voit le jour en 2015, avec les deux musiciens (Jean Luc Peilhon et Serge Sana) et une voix off enregistrée (Isabelle Barthelemy).

Cette première étape débouche sur une série de concerts de 2015 à 2016 : festival Tout Le Monde Dehors (Lyon), Festival sur Lignon (43), Dialogues en Humanité (Lyon), Bibi Prod festival (Lyon), Croc-vacances (Villeurbanne), Anduze (31) ...

En juillet 2017, le projet intègre la comédienne Sophie Durand, pour développer l'interactivité du projet, dans le cadre d'une résidence au GMVL Musiques Vivantes au parc de la Cerisaie (Lyon).

Suite à une commande de Art Birds, une adaptation solo par Serge Sana a été créée pour une série de Concerts en Chine au Sinan Festival (Shanghai) en mai 2017 et au Wuzhen Festival (Wuzhen) en octobre 2017.



## LES ARTISTES

### Jean Luc PEILHON - musicien



**Souffleur de vents** (harmonicas, clarinettes, flûtes du monde, guimbardes) et compositeur, il développe ses créations entre influences traditionnelles et répertoires particuliers en créant des espaces inédits nourris d'improvisations.

**Il participe, compose, et co-dirige** des projets tels Étranges Primitifs, Jaco à Séville, Manu Vallognes Quartet, Surya Mun, Jean-Luc Peilhon « Connivences », Loucine, Frangins, des créations Arfi comme Dites 33, Baron Samedi pour des ciné-concerts tels « Nanouk l'esquimau » et « Chang ».

Il participe à des dizaines d'albums et se produit sur les scènes et festivals internationaux comme Jazz à Vienne, Tunis, Cracovie, Istanbul, Brasília

, Montréal, Liège, Nyons, Francfort, Gantz, Séville, Venise etc...

Il collabore à **différentes créations théâtrales** telles « Gaga délices » (Jean Mereu), « Le Chemin se fait en marchant » (Bruno Guichard/Florence Meier), « Ecrire en Pays dominé » (Patrick Chamoiseau/Florence Meier).

Il accompagne des projets de **danse contemporaine** (Stéphanie Roussel, Régis Rasmus, Geneviève Sorin, Stanislas Wisniewski), de Chanson (Just Talk, Totem Project, Sueno en la Fabrica, Nilda Fernandez).

Outre ses instruments premiers **-harmonicas et clarinettes-** il se passionne également depuis 2007 pour certaines flûtes telles le caval Roumain, le hullusi Chinois et surtout **le shakuhachi**, l'instrument du Zen Japonais qu'il étudie assidûment lors de séjours et stages avec des maîtres et dont il devient aussi l'un des rares facteurs en Europe.

Discographie sélective :

Surya Mun, Just Talk « Judy », Étranges primitifs « Moine, Sorcier, Bijoutier »

Totem Project « Le passage », Frangins « Horap », Dites 33 « Sono-graphie » et « Enlomolovox », Jean-Luc Peilhon « Marin » et « Le chant des artisans », Loucine.

## Serge SANA - musicien

**Compositeur, pianiste et multi-instrumentiste**, il utilise également les ressources des musiques électroacoustiques dans ses compositions et en jeu direct (sampler, traitement du son, etc.).

Membre du collectif de musiciens « **La Tribu Hérisson** », il est à l'initiative de plusieurs projets dont « Douze poèmes musicaux » avec l'écrivain/performeur Patrick Dubost, « Pl[a]in sud » avec le oudiste Adel Salameh, ou encore « Est-ce bien vous docteur Jekyll ? »

Il collabore également avec différents collectifs de jazz en Rhône-Alpes (La Baskour, La Grosse Couture, l'ARFI, etc.).

Parallèlement à la musique scénique, il développe plusieurs projets musicaux **en espace public** où il explore la caractéristique interactive, **la proximité avec le public et le domaine de l'écoute**. Cette orientation se concrétise principalement à travers deux projets : le **DhOME- concerts sous casques** et le **Micro Zen Orchestra**.

Il participe à deux créations de théâtre de rue franco-chinoises avec **Ilimtrof compagny** : « Quartiers de lune » et « Quand la lune se lève » réalisées en Chine, à Guiyang en 2005 et Shanghai en 2007.

En 2017, il joue la formule DhOME-concert sous casques et une formule solo du Micro Zen Orchestra suite à une commande pour le Sinan Festival de Shanghai et Wuzhen Festival en Chine.

Son intérêt pour **les musiques traditionnelles** lui fait rejoindre « l'ensemble médiéval **Xeremia** en tant que musicien multi-instrumentiste. Entre 1997 et 2005, il les accompagne sur des tournées en France et à l'étranger (Libye, Liban, Mauritanie, États-Unis, Chypre, République tchèque, Irlande,...) et a également participé à des résidences d'artistes aux conservatoires de musiques traditionnelles de Tachkent (Ouzbékistan) et au conservatoire d'Alger (Algérie).



## Sophie DURAND - comédienne

**Comédienne**, elle arpente de nombreux territoires : arts de la rue, projets in situ, improvisation, théâtre contemporain, théâtre jeune public, cinéma, arts sonores.

Depuis 2011 elle est très investie au sein du **Blöffique Théâtre**, sous la direction de Magali Chabroud, qui développe des formes théâtrales pour les lieux non dédiés (espaces publics, immeubles, etc.). Elle joue dans de nombreux festivals : Hi Séoul en Corée, Chalon dans la rue, Les invites de Villeurbanne etc.

Ces spectacles mettent en oeuvre une poésie qui se développe en parallèle du quotidien, sans nier le réel, pour faire émerger un univers surréaliste dans des espaces familiers. Les créations auxquelles elle participe (Sous nos pieds, Les quelques

jours de l'œuf, République la libre, La ville s'écrit) expérimentent **de nouvelles formes de relation au public et aux espaces**.



Ce travail poursuit le parcours qu'elle avait commencé dans **les arts de la rue** avec **l'limitrof' compagny** pour des créations franco-chinoises qui l'ont emmené à Shangaï et Guiyang (Interférences chinoises, Quartiers de Lune, Quand la lune se lève).

Depuis 1999 elle est improvisatrice au sein de **la Lily**, Ligue d'improvisation Lyonnaise, où elle défend un **théâtre populaire et catharsique**. Elle participe aux traditionnels Matches d'impro mais développe aussi de nombreux projets : On purge Feydeau ! (pièces improvisées dans le style de l'auteur), Elles étaient une fois (l'histoire de France revisitée par les femmes), des spectacles jeune public (Tu dors ?, Impro'minots) et d'autres encore.

Elle a aussi travaillé avec la compagnie **théâtrale Müh** (Les grosses rêveuses), Chiloé (Où ça commence ?), Marche au vol (Mauvaise saison sur l'Olympe), Mama Mia (Suivez le guide) et au cinéma sous la direction d'**Akim Sakref, Mohamed Kadded et Patrice Leconte**.

Enfin **son intérêt pour le sonore** est manifeste : elle a joué et composé des pièces pour verres enharmoniques au sein du duo **Orbes formé avec Emmanuel Holterbach**, artiste sonore, inventeur de l'instrument. Orbes s'est produit en France, Belgique, Pays-Bas, Espagne, a collaboré avec **Pierre Berthet** (Belgique), **Jean-François Laporte** (Québec), **Ossó Exotico** (Portugal), **Histoshi Kojo** (Japon) et a composé des musiques de films documentaires.



# CONDITIONS TECHNIQUES

- **Durée** : 1 heure
- **Jauge** : jusqu'à 150 personnes. Tout public
- **Equipe** : 3 artistes
- **Espace** : espace ombragé, jardin ou parc avec pelouse et possibilité de s'asseoir ou s'allonger au sol, bords de l'eau (dares ou quais), cours intérieures ...
- **Temps d'installation** : 2h30 minimum
- **Horaire de jeu** : pas de contrainte horaire. Possibilité de faire deux séances dans la même journée (une heure minimum de pause entre deux séances). Possibilité de faire des séances spéciales au moment du lever ou coucher du soleil.
- **Conditions financières** : nous consulter
- **Conditions techniques** :
  - Branchement électrique 16 A,
  - Un système de diffusion de qualité (Christian L, DEB, Nexo etc..) avec des Twitters et un boomer de 15 pouces mini (pour les graves), l'amplification adaptée, les câbles pour les enceintes suffisamment longs (mini 2 fois 8m) et des pieds stables pouvant s'installer sur un sol meuble (extérieur)
    - Si l'organisateur ne peut fournir le système d'amplification, nous pouvons gérer une location prise en charge financièrement par l'organisateur
    - 2 petites tables
    - 3 chaises sans accoudoirs
    - Mise à disposition de plaids ou transats (ou tout matériel permettant au public de s'allonger au sol confortablement), à défaut, faire une communication pour que les spectateurs viennent équipés
    - Selon l'horaire de jeu prévoir catering et repas.
    - Espace loge
- **Applications pédagogiques** : Le spectacle peut être associé à une action pédagogique et de sensibilisation. Suite à cette action, nous pouvons envisager d'intégrer des enfants ou des adultes dans le déroulement du spectacle. Dossier pédagogique sur demande.
- **Site internet et teaser vidéo** : [www.latribuherisson.com](http://www.latribuherisson.com) sur page Micro Zen Orchestra
- **Contact** : Serge Sana 06 87 55 98 57 - [micro.zen.orchestra@gmail.com](mailto:micro.zen.orchestra@gmail.com)

Le Micro Zen Orchestra est un projet porté par le collectif La Tribu Hérisson





## Micro Zen Orchestra, des concerts lunaires dans les parcs de Lyon

Par Benjamin Briel

**Un massage sonore, envoûtant et éclectique. Une sieste rythmée par des harmonies aériennes et lunaires, à cheval entre la musique zen et les Pink Floyd. C'est ce que propose le Micro Zen Orchestra, concert-sieste en tournée du 1er au 8 août dans les parcs de Lyon.**



© DR

Vue sur l'Ile Barbe

Créé par Serge Sana et Jean-Luc Peilhon, du collectif La Tribu Hérisson, pour l'édition 2015 de "Tout L'Monde Dehors", le Micro Zen Orchestra va parcourir trois parcs lyonnais du 1er au 8 août en proposant des concerts gratuits.

En quête d'auditeurs prêts à se plonger dans un show magnétique et grisant, le Micro Zen Orchestra proposera une expérience musicale acoustique-électro. Mais aussi interactive, avec une voix off teintée d'humour et de dérision s'inspirant du langage habituel des séances de méditation. Les musiciens, utilisant de très nombreux instruments, parcourront le public pour offrir des écoutes plus intimistes à chacun, sous forme de massages sonores.

Les séances auront lieu à l'aurore (de 6h à 10h, au jardin des Chateaux, le 1er août) ou au crépuscule (de 18h30 à 20h30, le 3 août au parc Sisley et le 8 août à l'île Barbe). En fonction des lieux, l'ambiance et les sonorités proposées seront contemplatives ou toniques, reposantes ou stimulantes. Enfin, avant ou après le concert, le public pourra utiliser "l'arbre à casques", une installation en forme de parasol munie d'écouteurs diffusant des fragments de musique naturelle.