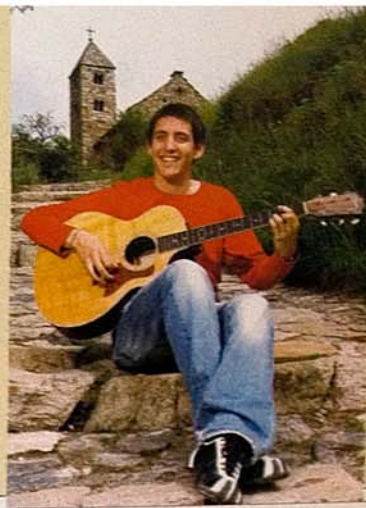
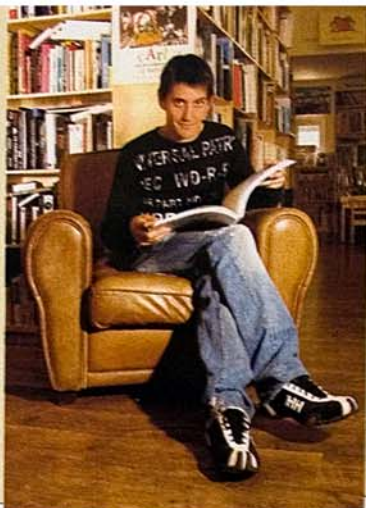


Check-up Forme

Insouciant. Utopiste. Rêveur. Il est un peu tout cela, Marc Aymon. Avec pour horizon le partage de ses doutes et de son amour de la vie à travers ses chansons.



Marc Aymon

«J'ose être»

Texte: Céline Fossati
Photos: Sedrik Nemeth

« Il faut aller vers ce qu'on aime. Et tout ira dans ce sens autour de soi. » Et c'est exactement ce qu'il a fait, Marc Aymon. Jeune auteur-compositeur-interprète valaisan, il a sorti son premier album solo en début d'année, soutenu par une foule de connaissances de tous horizons convaincues par son travail. C'est qu'il a l'œil accrocheur et l'enthousiasme ravageur. Porté par l'envie de partager son bonheur de la musique, il flotte autour de lui un effluve d'optimisme dont il est difficile d'ignorer l'attractivité. « Je suis un rassembleur et je pense pouvoir faire du bien par ma musique », donne-t-il pour explication à son aisance dans les contacts humains, tout en avouant avoir dû prendre sur lui pour combattre une certaine timidité.

« J'ai aussi dû apprendre à apprivoiser mon corps, affirme-t-il. J'étais plutôt de type rigide. J'ai appris à méditer, à respirer, à prendre de l'ampleur. Nicolas (ndlr: alias K, un autre jeune chanteur romand de talent qui est devenu l'un de ses amis) m'a aidé à me libérer physiquement, à prendre conscience de l'importance d'être en harmonie avec son corps pour réveiller sa voix. Il m'a appris à laisser parler ma tendresse et à l'assumer. »

A pleins poumons

« J'ai appris à respirer, à m'ouvrir et à apprivoiser mon corps pour être à l'aise sur scène »

A écouter:
« L'astronaute »
(distr. Disques Office), le premier CD de Marc Aymon:
www.marcaymon.ch
En concert:
le 14 juillet au Festival de la Cité à Lausanne,
le 15 juillet au Rock'n'Bourg de Saillon,
le 18 juillet au Paléo Festival Nyon.

Je craque pour...

« Les librairies. J'aime les livres. L'objet et ce qu'il contient, avec un faible pour les ouvrages sur la peinture ou la photographie. »

Je me détends...

« Au contact des vieilles pierres. J'aime les lieux chargés d'histoire, comme ici au château de Valère, à Sion. »

Fiche santé

Nom: Marc Aymon.

Date de naissance:
3 juin 1982.

Profession: auteur-compositeur-interprète.

Etat civil: célibataire, « avec une amoureuse ».

Religion: « Né catholique, je suis en recherche. Je me méfie de ce que les hommes ont fait de la religion. Je ne crois pas qu'il faille souffrir pour être proche de Dieu. Ma spiritualité est en questionnement et sera probablement un thème important de mon prochain album. »

Taille: 183 cm.

Poids: 65 kg.

Tabac: « J'ai essayé de fumer une fois. Mais, en temps qu'ancien asthmatique, j'ai un rapport très conflictuel avec tout ce qui peut nuire aux voies respiratoires. »

Alcool: « Je passe de longues périodes sans boire, puis... J'ai eu une adolescence très calme et cérébrale. Aujourd'hui, j'ai envie de m'éclater un peu... »

Stress: « Je gère mal. Alors je cherche des solutions pour me calmer physiquement et mentalement. Avec un ami, j'apprends à respirer, à méditer, je fais du sport pour évacuer. »

Point fort: « J'ai un bon fond! (Rire.) Non, sérieusement, je suis attentif aux autres, et à l'écoute de ceux qui m'écoutent. »

Point faible: « Je doute, tout le temps. A tel point que cela devient parfois très lourd à gérer. Mais cela ne peut que s'améliorer. J'y travaille. »