

Créons une forêt ensemble

Durée : 1 heure

Cette activité est une adaptation de l'exercice "les cercles concentriques de perception" lorsque nous ne pouvons pas aller dans un parc ou en forêt. Vous apporterez la nature à l'intérieur de votre lieu en créant une composition sonore spatialisée avec les sons d'animaux sauvages, du vent, de la rivière et de l'océan. Pour cela, nous utiliserons une bibliothèque sonore que nous avons préparée pour vous et inviterons chaque participant à jouer le son de son choix sur son téléphone portable. Chaque participant choisira un emplacement dans la pièce pour poser le téléphone au sol et jouer le son en harmonie avec les sons des autres participants. Cet exercice nous transportera dans une forêt enchantée, énergisée par nos souvenirs.

Étape 1 : Formons un cercle debout pendant quelques minutes. Si possible, demandez la veille d'apporter un souvenir d'une rencontre spéciale avec un animal sauvage, un insecte ou une plante au groupe. Invitez chaque participant à apporter ce souvenir en faisant le son et/ou le geste de cet être, mais sans en révéler le nom. Pas de problème si peu de personnes entrent dans le cercle, cela révèle le fait que la plupart des gens ont perdu leurs connexions avec le monde autre qu'humain, ce qui met en évidence notre vulnérabilité.

Étape 2 : Invitons maintenant tout le monde à construire une forêt ensemble !

Formons des groupes d'au moins 5 personnes. Chaque groupe écoutera la collection de sons disponibles sur la page web et discutera pendant 10 minutes du type de forêt qu'ils peuvent construire, s'il y a une rivière, où se trouve l'océan, etc. Ils se mettront d'accord sur l'emplacement de chaque téléphone portable au sol pour créer une composition sonore spatialisée. Le lecteur audio avec la liste des sons est disponible ici : <https://nooneforgotten.eu/forest>

Étape 3 : Une fois chaque équipe prête, invitez les groupes un par un à positionner leurs téléphones au sol et à jouer les sons (par défaut en mode boucle). Marchons

ensemble dans cette forêt pendant 5 minutes et fermons parfois les yeux pour ressentir l'espace naturel.

Étape 4 : Après avoir marché et écouté chaque paysage, demandez au groupe de décrire le paysage et les sensations déclenchées par cette expérience. Remettez en question certains aspects des compositions sonores. Par exemple, demandez si les oiseaux chantent toujours au même endroit et s'ils pensaient à déplacer certains sons pendant la présentation de leur forêt. Explorons et comprenons la composition sonore du point de vue de l'intelligence écologique. Chaque espèce appartient à un certain type d'environnement et nous ne pouvons guère écouter une grenouille dans l'océan ou une cigale au milieu de la rivière.

Avis important : Dans cet exercice, nous invitons les participants à révéler un être sans en dire le nom, car nous voulons éviter de classer un animal ou une plante par sa taxonomie, mais plutôt comprendre que chaque être est unique et ne devrait pas être réduit à un nom commun. Une autre raison est que très souvent, nous pouvons nous sentir mal de ne pas être capable d'identifier un oiseau, par exemple. Il y a tellement d'espèces qu'il faut des années pour identifier la faune. Nous devons apprendre par la pratique à apprécier le fait que nous ne savons pas et ressentir de la joie chaque fois que nous écoutons et voyons un nouvel être que nous ne connaissions pas encore.

Évaluation : Cette expérience sonore spéciale devrait probablement déclencher chez certains participants de forts sentiments et souvenirs de bien-être dans la nature. Voyez comment les gens se sentent énergisés en apportant la nature à l'intérieur de l'espace. Évaluez comment cet exercice est révélateur pour les gens à quel point nous nous isolons de la nature lorsque nous vivons à l'intérieur des bâtiments.

Références : Cette pratique est inspirée par de grands enseignants de la Nature, bien sûr, mais aussi par Rich Blundell et le projet Oika, Jon Young du projet 8 Shields et les partenaires du projet No One Forgotten, parmi d'autres. Merci !

„L'Art de la Connexion” en tant que méthodologie pour les artistes avec et sans handicaps © 2024 par Hopeart, Voarte, Supercluster, Abana, Action Synergy est sous licence CC BY-NC-ND 4.0. Pour consulter une copie de cette licence, visitez <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>