

Appartenir à la nature avec notre voix

Durée : 30 minutes à 1 heure

L'objectif de cette pratique est de montrer comment nous sommes toujours connectés avec notre environnement, que ce soit avec les humains ou avec d'autres êtres dans la nature. Même sans en être conscients, notre présence dans un lieu nous rend partie intégrante d'une polyphonie continue de voix et de sons. Les personnes en difficulté de santé peuvent réaliser qu'elles font toujours partie de cet orchestre et cultiver un sentiment d'appartenance avec la planète ici et maintenant.

Inspirée par les étourneaux, cette activité invite les gens à résonner ensemble avec leur environnement immédiat en imitant les sons ambiants. Cette pratique nous aide à être plus conscients de l'activité autour de nous et à créer un sentiment d'empathie en devenant l'autre pendant un instant.

Étape 1 : Si nous sommes à l'extérieur, choisissons un endroit où il y a une grande variété de sons et évitons les endroits trop bruyants. Formons un cercle debout. Parlons de l'étourneau et de sa grande capacité à vocaliser et à imiter le son des autres oiseaux et même le son des machines.

Étape 2 : Quand nous sommes prêts, commençons à écouter et, lorsque nous le souhaitons, choisissons un son que nous aimons et imitons le son et le rythme de celui-ci. Cela peut être n'importe quel son: machines, oiseaux, voix, etc. Si nous le voulons, nous pouvons nous déplacer pour suivre la trajectoire du son. À tout moment, nous pouvons devenir silencieux et choisir un autre son de notre choix.

Étape 3 : Après 5 minutes, formons un cercle et partageons comment nous avons résonné avec l'espace et ce que nous sommes devenus pendant un instant. Soulignons la différence entre les sons (langage ?) et les bruits (absence de langage ?). Demandons si le son du vent, de la rivière et de l'océan sont des sons ou des bruits. Nous pouvons catégoriser les sons en 3 groupes basés sur la classification en bioacoustique de Bernie Krause : géophonie (sons de la Terre), biophonie (sons des êtres vivants), et anthropophonie (sons produits par les humains et leurs machines).

Étape 4 : proposons la découverte d'applications pour téléphone mobile :

? Merlin Bird pour reconnaître les oiseaux par leurs chants

(<https://merlin.allaboutbirds.org/sound-id/>)

? Decibel X ou similaire pour mesurer les décibels et le seuil de bruit potentiel en ville

? Deep Time Walk app pour découvrir quand les premiers sons des êtres vivants sont apparus sur la planète (<https://www.deeptimewalk.org/>)

Évaluation : Cette pratique devrait éveiller chez les participants la capacité d'écouter attentivement et de jouer avec leur voix pour imiter la nature. Si les participants continuent à faire des sons après la pratique, c'est un bon signe qu'ils apprécient imiter les sons et qu'ils le feront naturellement à l'avenir. Remarquons que l'imitation des chants d'oiseaux est un très bon moyen d'apprendre à identifier leur présence et que certaines personnes sont de grands maîtres dans l'**imitation** des oiseaux.

Autres commentaires : Si l'activité se déroule à l'intérieur, utilisons un enregistrement audio des chants d'oiseaux de la région locale complété par ceux de la forêt amazonienne, par exemple, pour explorer les similitudes et les différences de la biodiversité entre les continents.

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 8 Shields et les partenaires du projet No One Forgotten, entre autres. Merci !

L'Art de la Connexion; comme méthode 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 <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>