

Vo'Arte Exercises . NO ONE FORGOTTEN**DESCRIPTION DE L'ACTIVITÉ _ exercice 6 // GÉNÉROSITÉ****La Toile Blanche**

SYNOPSIS _ Travailler sur le corps dans l'espace et la composition, l'équilibre et l'émotion. Écoute et travail collectif sur la construction de mouvements à travers différents thèmes / émotions proposés sur une toile blanche / espace vide.

ÉTAPES

1. observer l'espace vide, se préparer pour le Point de Rencontre avec le Corps et imaginer une toile blanche
2. explorer une idée de physicalité dans l'espace avec différents thèmes / émotions (peur, amour, temps...)
3. peindre / imprimer le corps sur la toile blanche avec les thèmes / émotions proposés
4. par exemple, penser au mot temps, entrer dans l'espace sans préméditation sur quoi faire et spontanément placer votre corps dans une position physique qui symbolise le temps
5. chaque participant ajoute sa propre sensation au tableau / toile dans une position avec leur corps qui symbolise le temps
6. lorsque tous les pratiquants sont positionnés sur la toile/planche à l'intérieur de l'espace, un changement physique subtil est proposé dans la posture/position que nous avons trouvée
7. ce changement peut amener les corps à être en relation ou non
8. donner vie au tableau / toile en respirant et nettoyer l'espace dans un souffle collectif de tous les participants

PROCHAINES ÉTAPES

1. créer un tableau / toile vivant en mouvement, après que tous les participants se soient arrêtés, le tableau entier devient un mouvement collectif autour du thème proposé
2. le tableau / toile vivante se nettoie lui-même dans un souffle collectif et quand tout le monde décide de quitter l'espace vide