



TOPO-BROUILLE

①

ce topo-brouille appartient à :

②



③

*“Vivre avec le trouble, c’est entrer dans un monde étrange - le nôtre - où le temps, sorti de ses gonds, se retrouve balloté dans un tourbillon de rencontres multi spécifiques ...”**



⑨

④

⑤



⑦

⑧

⑥



(au sujet de Donna Haraway, *Vivre avec le trouble*)

①

LA LIGNE

Observe ce que d'autres observent......

Observe ce que tu n' observes pas.

Marche en ligne.

Longe, suis.

Observe ce que tu observes.

Lèche les textures avec les yeux.

②

OCÉAN VERT

durée estimée : 20 min.

Installe-toi à la lisière des chênes.

Regarde et écoute les flux.

Ferme les yeux.

Pendant un moment, laisse-toi bercer
par les vagues sonores.

Puis laisse la pesanteur agir sur ton corps.
Et laisse-toi couler comme de la lave.

③

SORTIR
LA TÊTE DE L'EAU

Reprend la marche.

Ecoute.

Refais surface.

À quel moment?

Ecoute ce que tu n'entends plus.

Entend ce que tu n'écoutes pas.



④

NARBONNE - LA - CHAPELLE

durée estimée : 60 min.

Entre, déambule, pose-toi, flâne, danse.

Profite.

⑤

LES SQUELETTES

Choisis une image.

Imprègne t'en.

Puis, choisis un point de départ dans le jardin.

Laisse dialoguer ton squelette avec l'image.

Laisse venir le mouvement.

Laisse résonner ta structure avec les autres structures - humain.e.s, architecturales, paysagères, végétales, animales...

⑥

GRAVIR LA COLONNE
DU NÉRON

Grimpe. Gravis. Escalade.

Autorise-toi des pauses. Lève la tête.

Considère.

À chaque pas,
laisse les 206 os de ton corps
s'articuler pour repousser le sol
et évoluer.

Laisse tes os rencontrer les pierres,
les affleurements du temps.

Laisse les pierres traverser les âges
et venir rencontrer les os de pieds.

⑦

LE FEUILLU

durée estimée: 2h

Pose-toi. Relâche ton attention. Mange.

Echange.

Fais ton nid. Trouve ton confort.

Repose-toi.

Laisse les bruissements te raconter des histoires.

**“S’enforester n’exige pas une forêt au sens strict, mais simplement un autre rapport aux territoires vivants: le double mouvement de les arpenter autrement, en se branchant à eux par d’autres formes d’attention et de pratiques; et de se laisser coloniser par eux, se laisser investir, les laisser emménager dedans.”*

(Baptiste Morizot, Sur la piste animale)

⑧

S'ENFORESTER*

Traverse et laisse-toi traverser.

En silence, marche à ton rythme.

Digère.

Si besoin, tapote tes os avec un bout de bois pour te réveiller.

⑨

LE CHARPEN

durée estimée : jusqu'au lendemain matin.

Pose ton sac. Goûte, bois.

Visite les lieux.

Prépare-toi à quitter l'Antémonde et
à te glisser dans l'Haraka*.

**"L'Haraka est un univers ouvert dans lequel de
nouvelles histoires peuvent venir s'inscrire."*

(Les Ateliers de l'Antémonde)

10



11

12

„ 47% des vertébrés disparus en dix ans, faut qu'on se refasse une cabane, mais avec des idées au lieu de branches de saule, des images à la place des lièvres géants, des histoires à la place des choses.,,

(Olivier Cadiot)

13

16

15

14

10

LES PEAUX

La marche reprend.

Ecoute avec tes peaux.

Les peaux du cou, des orteils, de l'aine...

Sens les mouvements de tes peaux qui s'étirent, qui se frottent, qui chauffent, qui touchent, qui hument, qui voient, qui frissonnent, qui frétilent.

Laisse le matin caresser tes peaux.

11

LES CABANES

durée estimée : 60 min.

Un jeu commence. Prends le temps de comprendre ce qui se joue. Une fois que tu penses en avoir saisi les règles, lance-toi.

Il n'y a pas d'erreurs possibles, seulement des variations.

12

LA CHAIR DU SOL

Un caillou* dans chaque main.

À chaque pas,
le sol presse tes pieds,
tes pieds massent le sol,
tes mains pompent les cailloux,
les cailloux massent tes mains.

Un rythme apparaît qui soutient ta
marche. Laisse-toi porter par ce rythme.

*ou mousse ou autre élément de ton choix.

La marche reprend. Mets-toi à son écoute.

Tu as la possibilité d'appeler un arrêt* collectif en criant PAUSE.

Si tu entends PAUSE arrête-toi.

À chaque pause reprends la marche quand bon te semble.

Fais varier les temps de pauses et les durées entre les pauses.

*arrêt sur image, suspension...

Prends la tête, laisse-toi dépasser, suis, sois suivi.e, prends appui sur la personne de devant, initie, attends, ...

Change tes habitudes et ta place dans le groupe.

durée estimée : 1h30

Choisis un.e partenaire et part explorer avec cette personne le périmètre entre la balise et le sommet du chemin.

Choisissez et laissez-vous choisir par un endroit et appropriiez-vous la partition de la page suivante, puis pratiquez-la.

A s'inscrit dans le paysage.

B reçoit la proposition avec tous ses sens : elle s'inscrit à son tour dans le paysage.

A prend note de cette nouvelle situation : elle se déplace pour prendre une nouvelle position.

B prend note de cette nouvelle situation : elle se déplace pour prendre une nouvelle position.

Ainsi commence un dialogue entre A et B.

Pratique l'alternance ABABABAB...
pendant un moment.

Puis laisse advenir d'autres alternances :
ABBBABBABAA...

Tout en continuant cette pratique,
commence à percevoir les autres
activités présentes dans l'espace.

Ouvre le spectre des possibles tout en
prenant soin de toi et des autres.

Quand tu entends le DONG, retourne à
la maison en ruine.

15

LE PANIER

durée estimée : 20 min.

Laisse reposer, sédimenter, ou au contraire émerger, flotter, refaire surface les souvenirs de ces 2 jours.

Récolte-les.

Ecris, dessine, rêve, dors, danse...
Fais tout à la fois.

Avec quoi reviens tu?

Quelles traces, empreintes laissent en toi ces deux jours de voyage?

Dans quelles parties de ton corps viennent-ils se loger, viennent-ils habiter, viennent-ils prendre place?

Au son de la cloche,
quand les impressions se seront sédimentées en toi ou dans ton carnet,
quand tu auras la sensation d'avoir rempli ton panier,
prends tranquillement le chemin du retour.

> Tourne la page.

LE RETOUR

durée estimée : 1h30

Transitionne, redescends, reviens....

Cette marche est pour pour toi. Un cadeau. Un sas entre deux mondes.

Profites-en pour prendre soin de toi et de tes besoins pour opérer une transition douce et retrouver ton quotidien.

Observe ce que tu observes.

CHÈRES . . .

Prends le temps de reconvoquer un.e
partenaire non humain.e rencontré.e
lors de ces deux jours.

Écris-lui une lettre et poste-la dans la
boite en bois ou par la poste à l'adresse
suivante.

NOM DU CORRESPONDANT

*s/c Association Strates
5 rue Georges Jacquet
38000 Grenoble*

Nous lui transmettrons tes mots.

Ce topo-brouille a été réalisé dans le cadre du projet “Brouiller les pistes”, association Strates.
www.associationstrates.wordpress.com

© 2020