

Séance ORIENTATION

2nde 10

En vous remémorant au moins cinq exercices réalisés dans le cadre de la Séquence Théâtre et de la Séance Expression corporelle du mercredi 06 février 2019, vous réfléchirez à la place du corps dans le développement personnel (concept qui regroupe les diverses influences autour de la réalisation de soi).

- vous décrierez lesdits exercices (en quoi ils consistaient) ;
- vous réfléchirez au sens de ces exercices :
 - ° quelle place pour mon corps (déplacements etc.) ?
 - ° quelle place par rapport au corps de l'autre ?
 - ° quel rapport cela a-t-il induit entre l'autre et moi ?
- vous développerez ensuite quel fut votre investissement, si cela vous a plu, gêné, intéressé...

On a toujours besoin d'associer une image à l'esprit, le corps nous accompagne tout au long de notre vie, il nous reflète : lorsque l'on va mal, notre corps va mal aussi ; si nous allons bien, notre corps a bien plus d'énergie et de vitalité. Le corps a toujours été lié à l'esprit, l'esprit se sert du corps comme le corps joue avec l'esprit.

Un regard peut dévisager,
Un regard peut gêner,
Un regard peut transpercer,
Un regard peut tuer.

Marcher est un geste simple,
Mais nous marchons tous différemment,
Que ce soit d'un pas lourd et rapide,
Ou d'un pas léger et lent.

Notre corps n'est qu'une masse
Informe
Une frontière qu'on ose
Toucher
Une ligne simple à
Enlacer
Deux lignes peuvent se croiser, fusionner,
Mais peuvent aussi se dilater,
Et finir par disparaître.

Nos yeux forment une glace,
Qui nous effacent de la réalité,
Qui nous enferment dans divers mondes,
Celui du songe comme celui de la mort,
Celui de la réalité dont on souhaiterait bien la mort.

Se définir un rôle n'est pas si simple,
Que ce soit dans un tableau, un cadre, ou bien
Le décor de la vie.

Il faut s'adapter à celui des autres,
Choisir sa place et y rester.

Et même sans bouger notre rôle change,
En fonction des autres et de ces mélanges,
Être au centre de l'attention ou à l'écart,
Être seul ou à plusieurs,

Les couleurs arrivent une à une,
Pour n'en former qu'une.

Toujours faire rire le public,
Que ce soit sur scène ou dans la rue,
Toujours interpréter un rôle,
Et ne plus être soi-même,
Un, deux ; et le soi-même n'existe pas,
Car le soi-même n'existe plus.

Nous pensons connaître quelqu'un,
Connaître le monde,
Mais tout n'est qu'illusions,
Bercé par ce monde.
Nous ne connaissons que le rôle
Qu'une personne joue en face de nous,
Que le rôle que nous lui avons imposé.

Mon corps m'a fait réaliser
Que je n'étais qu'une poupée,
Mon corps en toute flexibilité,
Devient souvent incontrôlé,
Je contrôle mes mouvements,
Pour plaire aux gens,
Pour mon maître,
Qui de manière abusée,
Continue de me manipuler.

Je me balance d'une rive à l'autre,
Mon esprit enfermé dans mon corps, le suit,
Une rive est dangereuse, l'autre agréable,
Et mon corps libère mon esprit pour former
Un pont

Telle a été mon interprétation.
Et les actions de mon corps
Amènent à la réflexion.

Morgane VOISIN