

L'atelier d'Alterra Vita

Rencontre avec un héros.

ALL- énergisant

DANS UN CYCLE LES YEUX FERMÉS

Imaginez que vous êtes au bord d'un des chemins de votre île.

Vous décidez de marcher dessus, voyez où ça va. Vous démarrez avec une belle émotion.

Autour de vous se dévoile la beauté du paysage.

Après les premières pluies, la nature a ressuscité comme une seconde source.

Le thym, la sauge, les asperges commencent à verdir.

L'herbe comme un tapis vert se répand maintenant.

c'est fini. Vous sentez la fraîcheur du matin vous toucher sur votre visage.

En poursuivant vos pas sur le chemin herbeux, vous ressentez une joie sans précédent.

La nature, le paysage aux murets et terrasses en pierres sèches, les rochers sauvages, la mer qui s'étale à l'horizon, le chemin gravé à l'ancienne au fil des ans, les gens qui se rendaient aux jardins et jardins.

Le chemin vous mène à un plateau, une ouverture avec un arbre unique donnant son ombre à un homme qui regarde l'horizon.

Tu t'approches...

Vous décidez de vous approcher... Au fur et à mesure que vous vous rapprochez, vous sentez votre surprise grandir avec cette étrange rencontre...

Devant vous, il y a un héros...

Imaginez le héros que VOUS voulez rencontrer.

Vous vous approchez de lui et lui demandez : pourquoi êtes-vous ici et quel est votre but ?

Il te répond. Imaginez la réponse !!

Vous lui redemandez : d'où tirez-vous votre pouvoir ?

Imaginez la réponse.

Avant de lui dire au revoir, vous lui demandez de répondre à une dernière question :

Qu'est-ce qui te fait peur ?

Imaginez la réponse.

En partant, le héros vous regarde gentiment et vous demande : pourquoi êtes-vous ici et qui ?

c'est votre but. Pourquoi marchez-vous sur ce chemin et que voulez-vous en apprendre ?

Petits groupes

Par groupes de 3-4 personnes partagez le nom de votre héros, et rapidement les réponses des buts de

chaque héros et de ce dont chaque héros avait peur.

Créez une histoire commune avec vos héros et essayez de la dramatiser.

TOUS

Chaque petit groupe interprète son histoire commune.

En cycle partager une pensée, une émotion.