

TOUCH  
SOMATIC



LABORATORY  
ARCHITECTURE

με την Ελένη Δανεσή

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΩΡΑ	ΤΙΤΛΟΣ	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
<b>23 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ</b> <b>11:00-13:00</b>	<b>Εισαγωγή</b>  -Το σκεπτόμενο χέρι (The thinking hand, by J. Pallasma) ----- -Εξερευνώντας με τα μάτια στο δέρμα μας. ----- -Παρατήρηση εαυτού και χωρικές αναγνώσεις, αποκλειστικά μέσα από την αφή.	<p>Η πρώτη συνάντηση θα πραγματοποιηθεί με κλειστά μάτια (μάσκες), προκειμένου να συνδεθούμε με την αίσθηση της αφής, αποκλείοντας τη δύναμη της όρασης.</p> <p>Αρχικά θα γίνει εισαγωγή στη ιδέα του TOUCH LAB, προκειμένου να συντονιστούμε γύρω από μια διερευνητική κατεύθυνση.</p> <p>Μέσα από οδηγίες συγκέντρωσης και αυτοπαρατήρησης, θα συνδεθούμε με τον τρόπο που ο καθένας διαβάζει και αντιλαμβάνεται τον ίδιο του τον εαυτό μέσα από τα απτικά ερεθίσματα.</p> <p><i>Το μάθημα θα κλείσει με συζήτηση πάνω στις παρατηρήσεις μας και με παρουσίαση του στόχου της δεύτερης συνάντησης.</i></p>

<b>30 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ</b> <b>11:00-13:00</b>	<b>THE BODY AS A HUGE HAND.</b>  -Αυτοπαρατήρηση και συγκέντρωση στο σώμα ως ΤΟΠΙΟ που αγγίζει και αγγίζεται.  -Η συνειδητοποίηση της οριζοντιότητας και το φαντασιακό του δισδιάστατου χώρου.  -Σωματικοί συσχετισμοί στο οριζόντιο επίπεδο.	<p>Στη δεύτερη συνάντηση θα χτίσουμε τη βάση για την αντίληψη του σώματος μας ως ολότητας.</p> <p>Ξεκινώντας από την φανταστική εικόνα ότι το σώμα μας ορίζεται από 2 διαστάσεις, θα εστιάσουμε στην “σκοτεινή” και στη “φωτεινή” πλευρά του σώματός μας.</p> <p>Θα μιλήσουμε για το δίπολο “φως-σκιά” και θα βυθιστούμε στο οριζόντιο επίπεδο το οποίο θα μας δώσει πληροφορία, φυσιολογική και νοητική για τις δύο πλευρές του σώματός μας.</p> <p>Το μάθημα θα πραγματοποιηθεί εξολοκλήρου σε οριζόντια θέση με στόχο να παρατηρήσουμε την κίνηση που προκύπτει από μια μακράς διάρκειας επαφή με την οριζοντιότητα.</p> <p><i>Το μάθημα θα κλείσει με συζήτηση πάνω στις παρατηρήσεις μας και με παρουσίαση του στόχου της τρίτης συνάντησης.</i></p>
---	---	---

06 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ

11:00-13:00

WALLING:

-Η ιδέα της οριζόντιας βαρύτητας.

-----  
-Κατακόρυφα σωματικά τοπία και η συνειδητοποίηση οριζόντιων δυνάμεων σε κατακόρυφα επίπεδα.

-----  
-**Inception:** ταξίδι στον κατακόρυφο κόσμο.

Στην τρίτη συνάντηση, το σώμα γίνεται πιο δυναμικό. Θα εισάγουμε τεχνικές στήριξης προκειμένου το σώμα να βρεθεί σε θέσεις ισορροπίας πέρα από την όρθια ή ξαπλωτή θέση.

Το σώμα θα απορροφήσει τα χαρακτηριστικά ενός κατακόρυφου διαστάτου χώρου και θα παίξει με τη νοητική συνθήκη της "ρουφήχτρας" της οριζόντιας βαρύτητας.

Στο τρίτο αυτό στάδιο, το σώμα μας εμπλουτίζεται ακόμα περισσότερο από την πληροφορία των βασικών δομικών χωρικών στοιχείων (πάτωμα, τοίχοι) και εξοικειώνεται με την αυθεντικότητα της παραγόμενης κίνησης, ως αποτέλεσμα της διεπαφής σώματος-επιπέδου.

*Το μάθημα θα κλείσει με καταγραφή των παρατηρήσεων και σκέψων που ανέκυψαν από την πρακτική της τρίτης συνάντησης και με παρουσίαση του στόχου της τέταρτης.*

13 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ

11:00-13:00

the EXPOSED body.

-Το σκεπτόμενο σώμα στις 4 διαστάσεις του χώρου

-----  
-Mind Mapping και καταγραφή των εσωτερικών μας δρόμων

-----  
-ΕΣΩΤΟΠΙΑ/ΕΣΟΤΟΡΙΑ

Η τέταρτη συνάντηση είναι αφιερωμένη στο σώμα ως μη-διπολική οντότητα.

Δεν υπάρχει μπρος και πίσω, πάνω και κάτω, φωτεινό και σκοτεινό. Το σώμα είναι ένα και κινείται στο χώρο και στο χρόνο.

Θα εξετάσουμε τον ήχο ως κινητοποιό δύναμη. Τα ηχητικά κύματα μέσω της αφής δονούν το τύμπανο μας, οι παλμοί περνούν στο σώμα και η κίνηση ξεκινά. Θα εστιάσουμε στην πορεία του ήχου από το εξωτερικό περιβάλλον στον εσωτερικό μας χώρο και θα φανταστούμε τις πορείες που διαγράφει στο εσωτερικό μας τοπίο (εσωτοπίο).

Μέσα από τον αυτόματο σχεδιασμό (drawing improvisation), θα αποτυπώσουμε γραμμικά τα εσωτοπία και τέλος, θα τα σχεδιάσουμε νοητικά στο χώρο, μέσα από σωματικό ελεύθερο αυτοσχεδιασμό, σε μια απόπειρα αποτύπωσης και εξωτερίκευσης της ατομικής σωματικής εικόνας.

*Το μάθημα θα κλείσει με καταγραφή των παρατηρήσεων και σκέψων που ανέκυψαν από την πρακτική της τρίτης συνάντησης και με παρουσίαση του στόχου της πέμπτης.*

**20 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ**

**11:00-13:00**

**The Self-IMAGE:**

-Ποιητικές κινητικές  
αναπαραστάσεις ενός φανταστικού  
εαυτού, ενός φανταστικού σώματος.

-----  
-Ο χώρος της Μνήμης.

-----  
-Ψυχικός τόνος & ψυχική αφή

Με τον όρο “φανταστικό” εννοούμε έναν εαυτό και ένα σώμα απόλυτα πραγματικό που έχει κατασκευαστεί νοητικά, είναι παραγωγό μιας ανάμικτης πραγματικότητας που περιλαμβάνει ατομικές μνήμες και εντυπώσεις μαζί με εντυπώσεις άλλων που έγιναν δικές μας μέσα από τις συναντήσεις. Γιατί μας ήταν οικείες, γιατί μας έκαναν εντύπωση ή γιατί ήταν οι δικές μας, αυτές που ήδη γνωρίζαμε και δεν τις είχαμε εκφράσει.

Η πέμπτη συνεδρία έχει στόχο να συγκεντρώσει την εμπειρία των προηγούμενων συναντήσεων ως κομμάτια μνήμη που συγκεντρώνουμε συλλογικά.

Ο κινητικός αυτοσχεδιασμός της τελευταίας συνάντησης θα είναι αποτέλεσμα της ψυχικής αφής, του τρόπου με τον οποίο η εμπειρία του ενός έφτασε-άγγιξε-κινητοποίησε τον άλλο.

Οι πληροφορίες που έχουμε ήδη πάρει θα μας βοηθήσουν να συμπληρώσουμε μια εικόνα για τον εαυτό μας έτσι όπως αυτή μπορούσε να διαμορφωθεί από τη σειρά των συναντήσεων.

Ελπίζω με το πέρας του TOUCH LAB να μπορέσει να γίνει αντιληπτή αυτή η πολύπλευρη διαδικασία ανάγνωσης εαυτού σε σχέση με τον χώρο και να γίνει βάση για μια μετέπειτα ατομική και συλλογική διερεύνηση.

*Το μάθημα θα κλείσει με συζήτηση, χαλάρωση και μεσημεριανό καφέ.*

## ΣΗΜΕΙΩΣΗ

-Οι θέσεις είναι περιορισμένες λόγω COVID, θα συμμετάσχουν 6-8 άτομα.

-Προηγούνται όσοι-ες θα παρακολουθήσουν το πακέτο μαθημάτων.

-Ατομα που επιθυμούν να δουλέψουν σε ζευγάρια έχουν έκπτωση ως ζευγάρι.

- Για όσους-ες παρακολουθήσουν τις 5 συναντήσεις θα παραλάβουν ένα εγχειρίδιο με θεωρία και κείμενα που θα συζητήσουμε στο μάθημα και με ενδεικτική βιβλιογραφία που με ενδιαφέρει.

**deadline συμμετοχών Δευτέρα, 19 Οκτωβρίου.**

Σε περίπτωση που δεν συμπληρωθεί ικανός αριθμός ατόμων, το σεμινάριο δυστυχώς θα αναβληθεί.