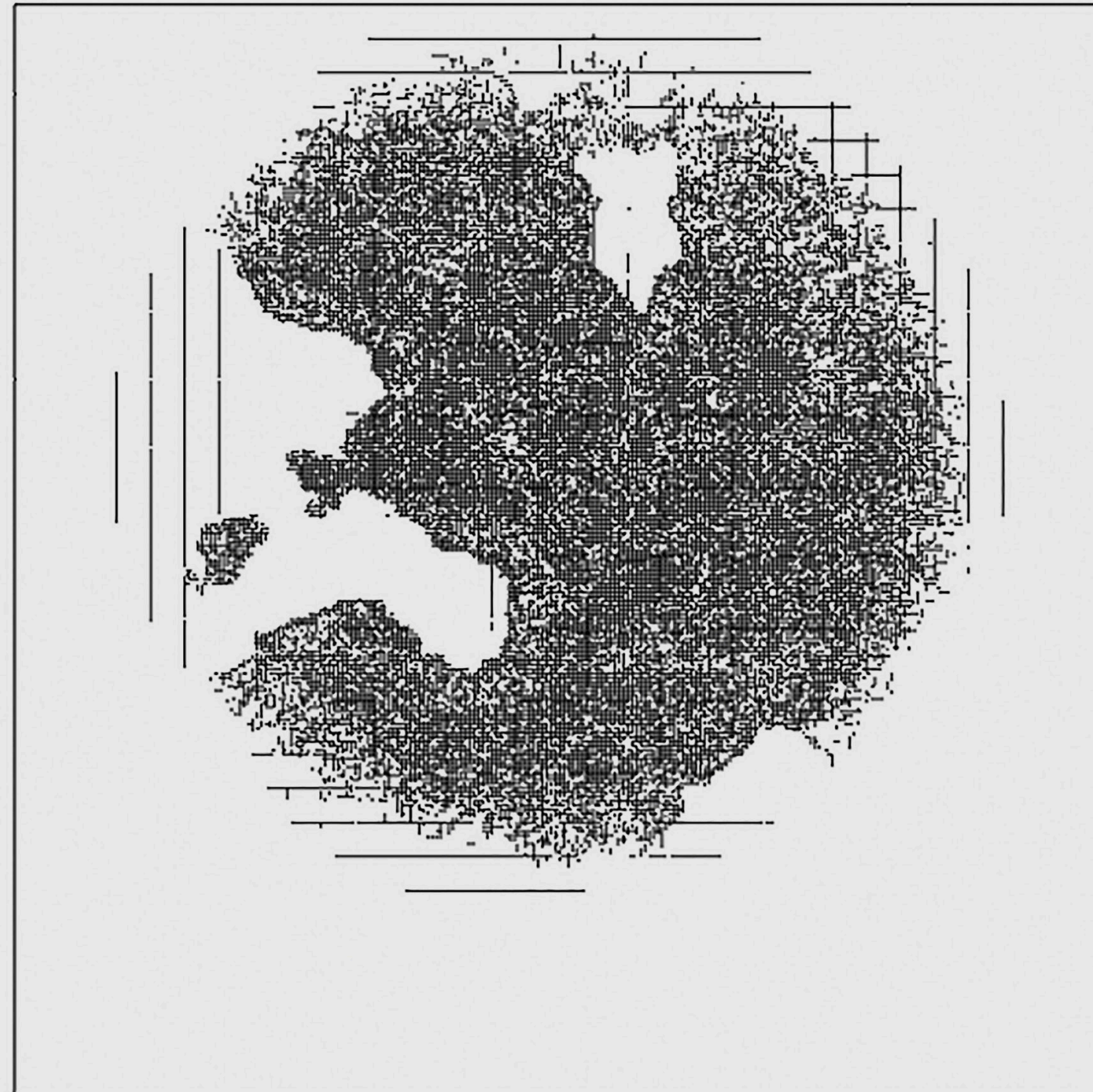
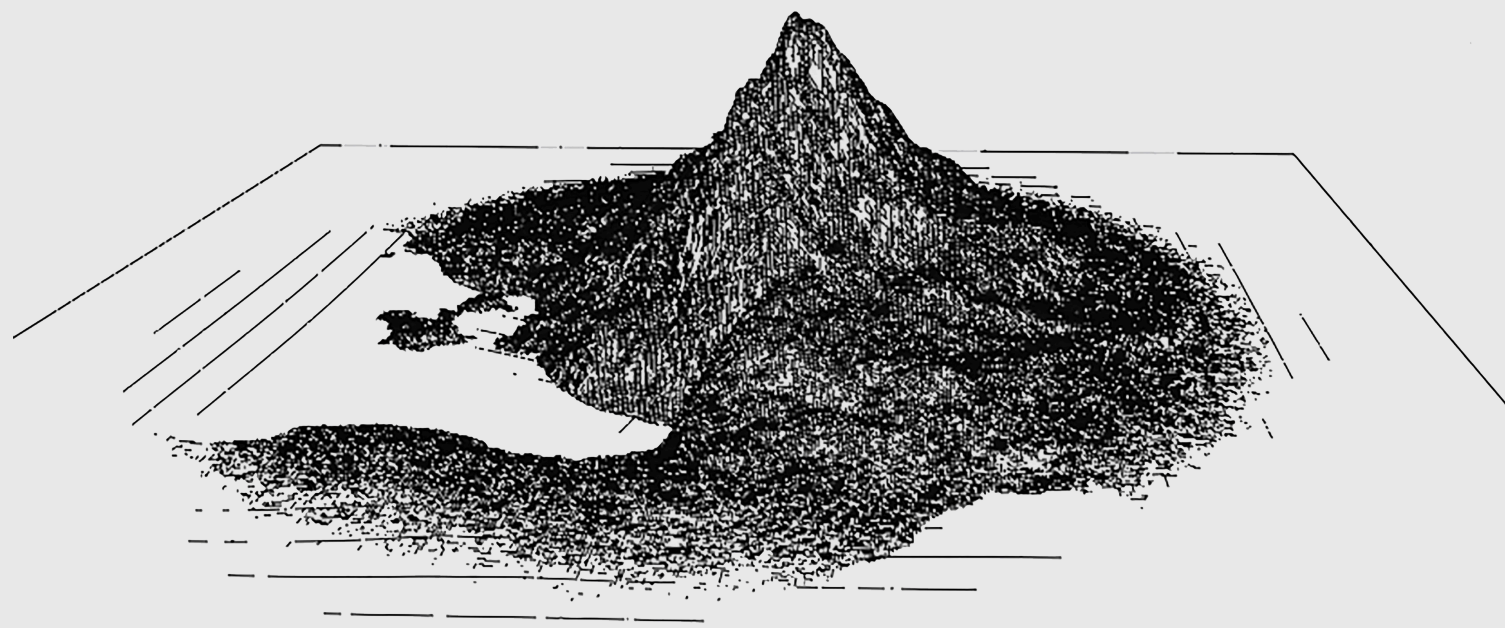
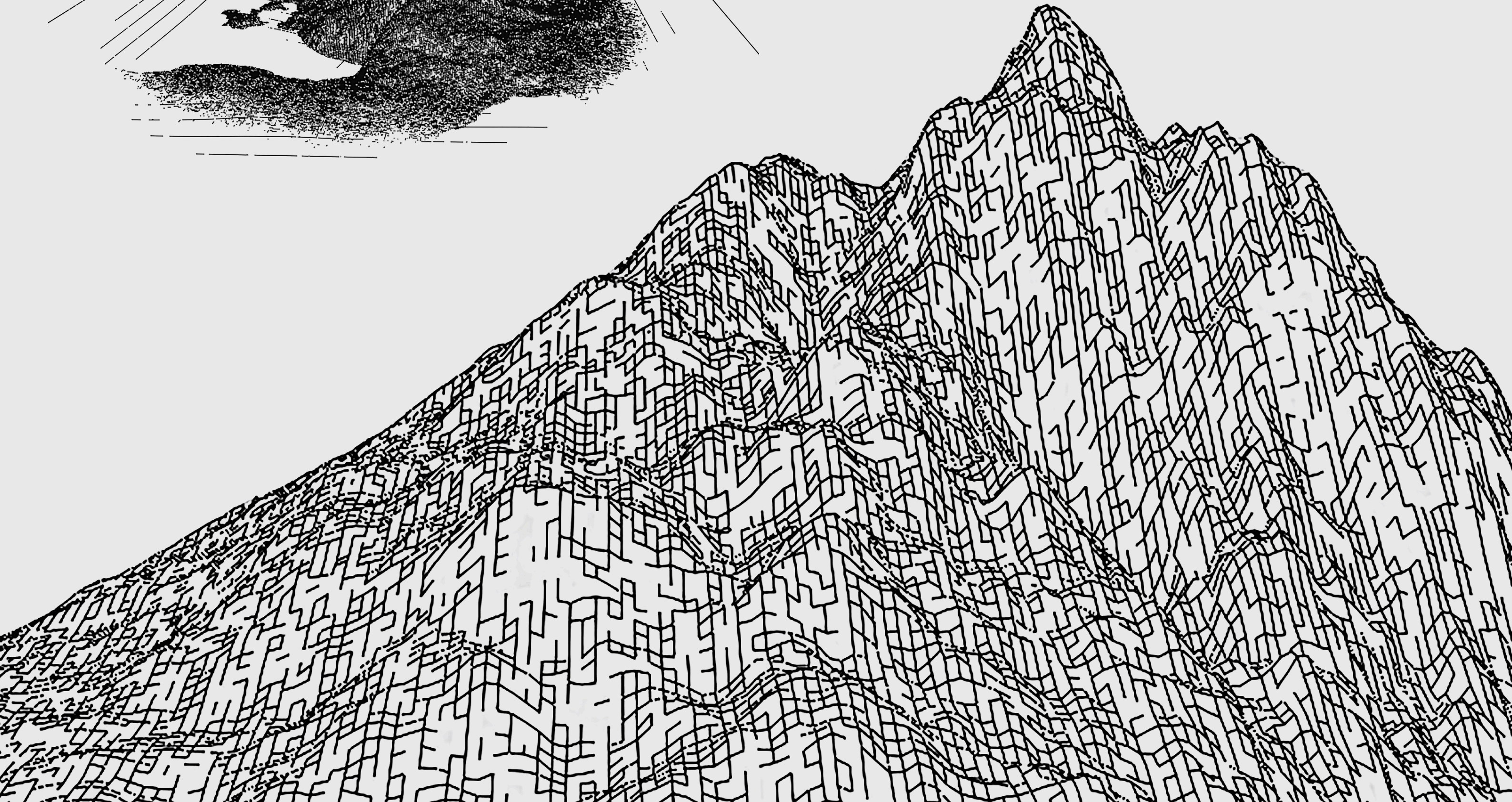


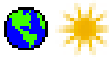
IMAGINARY TRAVEL





We were supposed to be leaving for Spain, Sierra Nevada on the 31st of March. This travel won't obviously happen so I'm trying to craeate over it to fill a need. I've come to realize I need those travels or even the prospect of those to continue to function.

Even though I can't leave I'm still very attached to it.



I've been working on walking in full consciousness inside of my appartement which is slowly resembling « une salle des pas perdus ». This exercise was not one of my first intuition but being blocked forced me into doing things in a smaller scale.

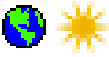
So I've found myself on those esoteric website, the ones with earth or stars as a favicon. I've been casting my eyes over those website to understand the concept of this meditation. It's not quite the same as I would like to evoke in my work but there are some resemblances of course.

Both involve walking, but one is about reflecting on the way we move and focus all one's attention on the movement while the other is about being focused on your thoughts because you are walking – those thoughts that differ from our static thoughts.

So while I practice walking in full consciousness I project myself into another kind of journey. I begin to travel virtually on the globe instead. And as I reflect on the idea of the Counter-monument I imagine creating a virtual landscape.

Nous devions partir pour l'Espagne, dans le Sierra Nevada, le 31 mars. Ce voyage n'aura évidemment pas lieu, alors j'essaie de créer par-dessus pour répondre à un besoin. Je me suis rendu compte que j'ai besoin de ces voyages ou même de la perspective de ceux-ci pour continuer à fonctionner.

Même si je ne peux pas partir, j'y suis tout de même fort attachée.

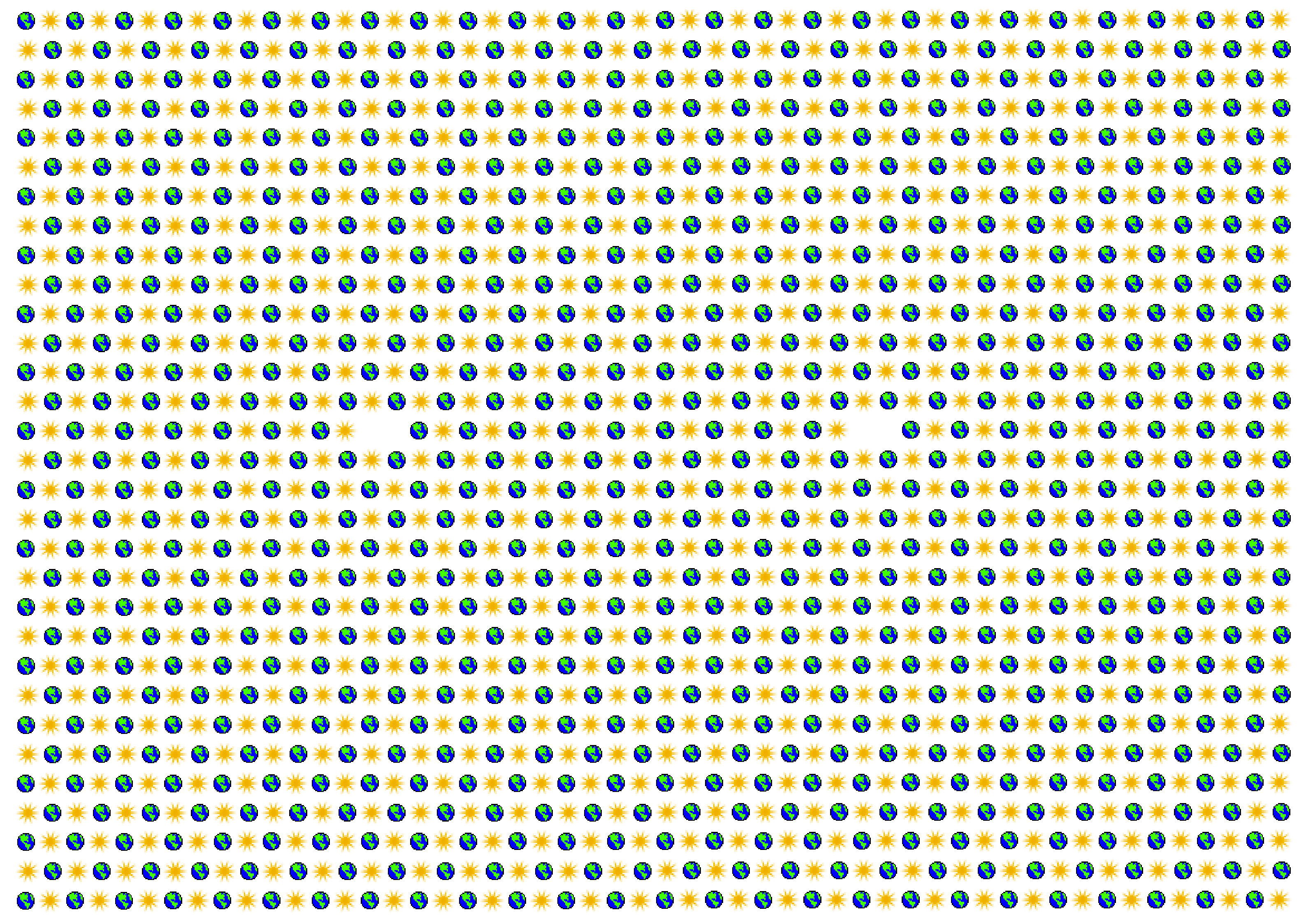


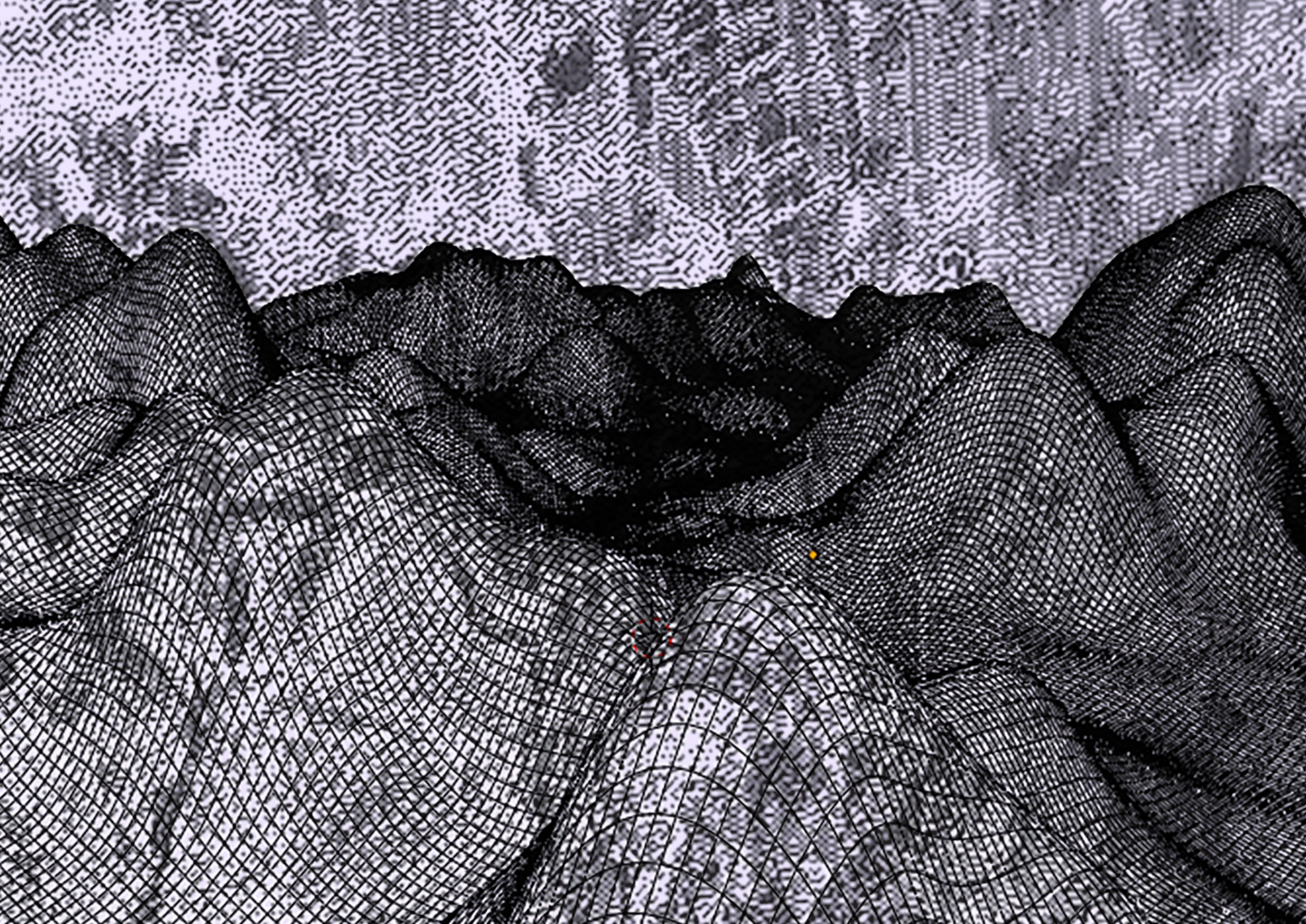
Je m'essaye à ce nouvel exercice, marcher en pleine conscience à l'intérieur de mon appartement qui ressemble peu à peu à « une salle des pas perdus ». Cet exercice n'était pas une de mes premières intuitions, mais le fait d'être bloquée m'a forcée à revoir les choses à plus petite échelle.

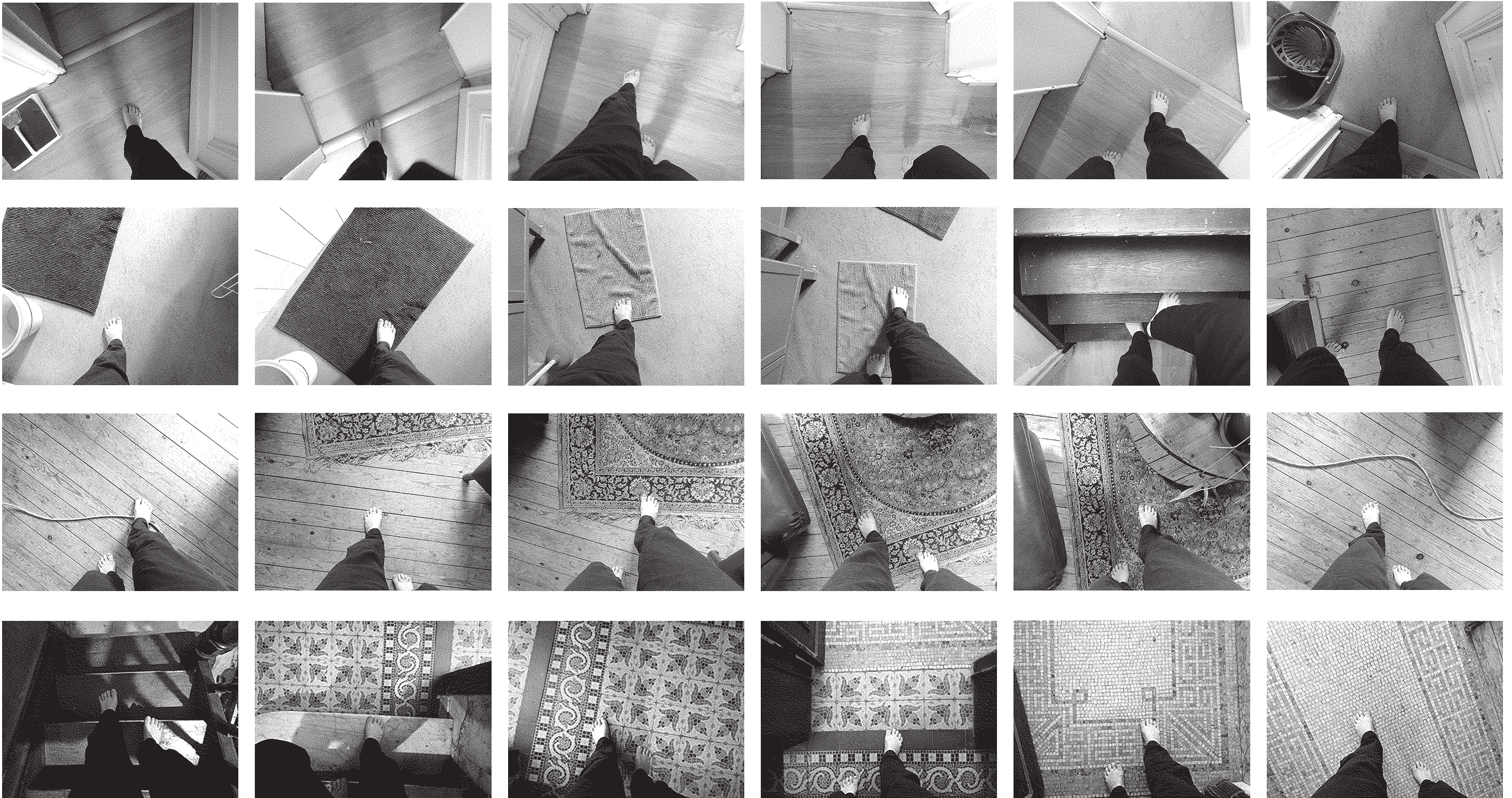
Je me suis donc retrouvée sur ces sites ésotériques, ceux avec des symboles comme la Terre ou des étoiles. pour favicône. J'ai jeté un coup d'oeil à ces sites pour comprendre le concept de cette méditation. Ce n'est pas tout à fait l'intention que je veux évoquer dans mon travail, même s'il y a bien sûr des ressemblances.

Les deux impliquent la marche, mais l'une consiste à réfléchir sur la façon dont nous nous déplaçons et à concentrer toute notre attention sur le mouvement, tandis que l'autre consiste à se concentrer sur nos pensées lors du mouvement continuels de la marche, ces pensées qui diffèrent de nos pensées statiques.

Ainsi, en pratiquant la marche en pleine conscience, je me projette dans un autre type de voyage. Je commence plutôt à voyager virtuellement sur le globe. Et en réfléchissant au contremonument, je m'imagine en train de créer un paysage virtuel.







How to become conscious of the ground we walk on?

So I've decided to try this thing. « Walking in full Consciousness ». It became strange because I live in an old building on the fifth floor – so I feel the vibrations of the people living below me.

As I feel them moving I imagine the lives of the other occupants, even the workers and the architect that built this big terraced house. What could I do with all this energy and imagined inhabitants?

I move slowly, my steps are less vigorous than when I put my foot on an unsteady surface, which is a bit paradoxical. However, I let myself feel the slight unevenness of the floorboard and the mosaic as well as the material of the different rugs. I feel my breath differently because I focus on it. I am no longer a victim of my breathing capacities and I regain the power over my own body.

I've taken pictures of traces of the past marked into the ground. So we see the visual part is as important as the things we feel below your feet in our own space. My eyes watch for these missing clues so that I can invent a new world for myself at home.

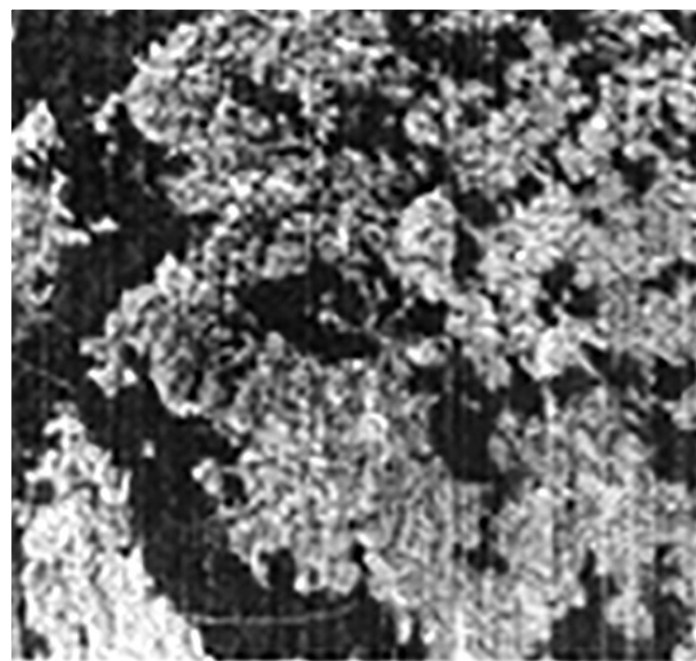
Comment prendre conscience du sol sur lequel on marche?

Je m'attelle donc à la tâche. « Marcher en pleine conscience », c'est devenu un peu étrange car je vis dans un vieux bâtiment au cinquième étage et je ressens les vibrations des gens qui vivent en dessous de moi.

En les sentant bouger, j' imagine la vie des autres occupants, même celle des ouvriers et de l'architecte qui ont construit cette grande maison mitoyenne. Que pourrais-je faire avec toute cette énergie et ces habitants imaginaires?

Je me déplace lentement, mes pas sont moins vigoureux que quand je pose mon pied sur une surface incertaine, ce qui est un peu paradoxal. Cependant, je me laisse sentir les légers reliefs du plancher et de la mosaïque ainsi que les matières des différents tapis. Je ressens mon souffle différemment car je me concentre dessus. Je ne suis plus victime de mes capacités respiratoires et je reprends le pouvoir sur mon corps.

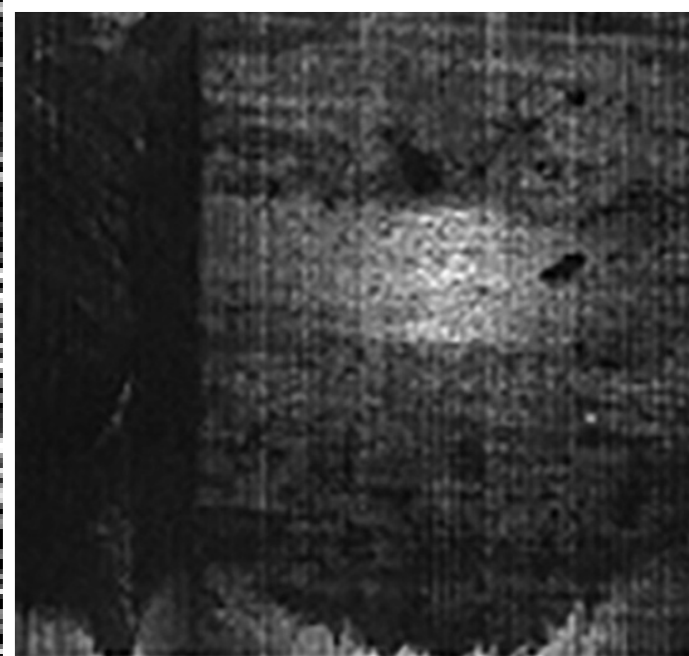
J'ai pris des photos des traces du passé marquées dans le sol. Nous voyons donc que la partie visuelle est aussi importante que les choses que nous ressentons sous nos pieds. Mes yeux guettent les indices manquants pour que je m'invente un nouveau monde, chez moi.



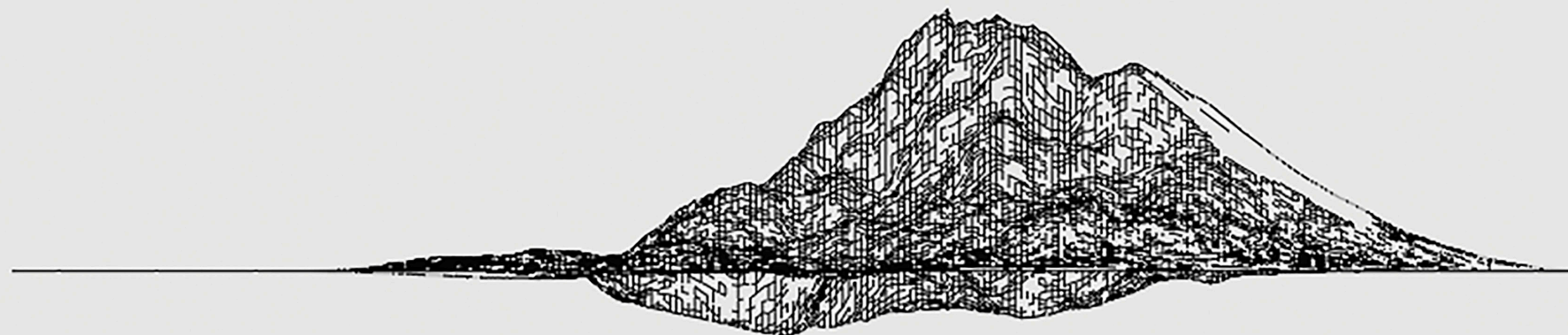
DMS 50°49'42.5"N 4°22'09.1"E
material : rug



DMS 50°49'42.3"N 4°22'09.7"E
material : floorboard



DMS 50°49'42.6"N 4°22'09.4"E
material : vinyl



Workshop erg/Craig Havens
DOCUMENT AS MONUMENT
27/03/2020 - 06/04/2020
Zoya Feltesse with Françoise Tahon
and all the participants of the workshop.

Earth favicon, « marche-en-conscience » March 31st 2020.
<https://www.mecva.fr>
Sun favicon, « 10-conseils-meditation-pleine-conscience ».
April 1st 2020. <http://www.10-min-pour-etre-heureux.com>
All the other visuals were made by Zoya Feltesse.