



EMPILER

Cette action implique un contact physique intime avec la famille biologique ou choisie.

La personne la plus lourde s'étend au sol sur le ventre. La personne suivante s'allonge de la même manière sur le dos de la première, en répartissant son poids. Les autres font de même à tour de rôle, en terminant par la personne la plus légère. Au moment où tout le monde est empilé, le groupe tente de respirer à l'unisson. L'action se termine lorsque la personne au sol n'est plus capable de supporter la charge. Tout le monde roule alors hors de la pile.

Image: Rachel Echenberg, *Home is where*, performance, 2016, avec Clara, Zoe et Sebastien Worsnip; photo: Paul Litherland

Rachel Echenberg, *Empiler, toucher, crier, envelopper: suggestions de performances*, en collaboration avec l'équipe de l'éducation de la Fondation PHI, juillet 2021. En lien avec la performance de Dora Garcia *Two Planets Have Been Colliding for Thousands of Years* (Fondation PHI, du 7 juillet au 1er août 2021).



FONDATION
PHI

PHI FOUNDATION



PILE

This action requires intimate physical contact with chosen or biological family.

The heaviest person lies face down on the ground. The next person lies down with their stomach on the back of the first, spreading their weight evenly. This is repeated for each person, ending with the smallest. Once the pile is complete, the group tries to breathe as one. The action ends when the people on the bottom can no longer hold the mass and everyone rolls off.

Image: Rachel Echenberg, *Home is where*, performance, 2016, with Clara, Zoe, and Sebastien Worsnip, photo: Paul Litherland

Rachel Echenberg, *Pile, Touch, Yell, Cocoon: Performance Suggestions*, in collaboration with the Education team at the PHI Foundation, July 2021. In conjunction with the Dora Garcia performance *Two Planets Have Been Colliding for Thousands of Years* (PHI Foundation, from July 7 to August 1, 2021).



TOUCHER

Cette action peut être exécutée en présence ou à distance de la famille biologique ou choisie, ou seul-e.

Les yeux fermés, chaque personne porte ses mains à son visage. En modulant la pression exercée pour explorer la mâchoire, le crâne, les joues, le nez, le cou, etc., il-elle-s tentent de reconnaître leurs parents, enfants, ancêtres dans la structure de leur propre corps. Chacun-e y va à son propre rythme et termine l'action en abaissant ses mains et en ouvrant les yeux.

Image: Rachel Echenberg, *Conversation avec ma mère (et sa mère, et sa mère, et sa mère, et sa mère, et sa mère ...)*, vidéo, 2020, avec Michelle Green Echenberg

Rachel Echenberg, *Empiler, toucher, crier, envelopper: suggestions de performances*, en collaboration avec l'équipe de l'éducation de la Fondation PHI, juillet 2021. En lien avec la performance de Dora Garcia *Two Planets Have Been Colliding for Thousands of Years* (Fondation PHI, du 7 juillet au 1er août 2021).

■
FONDATION
PHI

PHI FOUNDATION



TOUCH

This action can be completed with chosen or biological family gathered physically or remotely, or alone.

With eyes closed, each person brings their hands to their own face. Using alternating pressure to explore the jaw, the skull, the cheeks, the nose, the neck, etc., they try to recognize their parents, children, or ancestors in the structure of their own body. Each person goes at their own pace, ending by lowering their hands and opening their eyes.

Image: Rachel Echenberg, *Conversation with my mother (and her mother, and her mother, and her mother, and her mother, and her mother...)*, video, 2020, with Michelle Green Echenberg

Rachel Echenberg, *Pile, Touch, Yell, Cocoon: Performance Suggestions*, in collaboration with the Education team at the PHI Foundation, July 2021. In conjunction with the Dora Garcia performance *Two Planets Have Been Colliding for Thousands of Years* (PHI Foundation, from July 7 to August 1, 2021).



CRIER

Cette action implique une présence physique avec la famille biologique ou choisie.

Le groupe doit s'orienter soit dans la même direction ou dans des directions différentes; personne ne doit être face à face. À un signal prédéterminé, tout le monde commence à crier. Aucune parole ne devrait être prononcée. Le son peut fluctuer de discordant à harmonieux parmi le groupe. Chaque personne peut faire silence pour reprendre son souffle. Cette action se termine lorsque tout le monde a cessé de crier.

Image: Rachel Echenberg, *Triptych*, performance, 2019, avec Clara et Sebastien Worsnip; photo: Francis O'Shaughnessy

Rachel Echenberg, *Empiler, toucher, crier, envelopper: suggestions de performances*, en collaboration avec l'équipe de l'éducation de la Fondation PHI, juillet 2021. En lien avec la performance de Dora Garcia *Two Planets Have Been Colliding for Thousands of Years* (Fondation PHI, du 7 juillet au 1er août 2021).



FONDATION
PHI

PHI FOUNDATION



YELL

This action requires the presence of chosen or biological family.

Members of the group should face either the same or different directions, but not each other. At a predetermined signal, everyone begins to yell. There should be no words. The sound may fluctuate between harmony and dissonance within the group. Members can take breaks in silence to catch their breath. The action ends when everyone is finished yelling.

Image: Rachel Echenberg, *Triptych*, performance, 2019, with Clara and Sebastien Worsnip, 2019, photo: Francis O'Shaughnessy

Rachel Echenberg, *Pile, Touch, Yell, Cocoon: Performance Suggestions*, in collaboration with the Education team at the PHI Foundation, July 2021. In conjunction with the Dora Garcia performance *Two Planets Have Been Colliding for Thousands of Years* (PHI Foundation, from July 7 to August 1, 2021).



ENVELOPPER

Cette action peut être exécutée en présence ou à distance de la famille biologique ou choisie, ou seul-e.

En silence, chaque personne tente de s'enrouler sur elle-même à l'intérieur de ses vêtements dans la plus petite forme possible. Ainsi enveloppé-e-s, il-elle-s tentent d'imaginer la forme de leur corps et de considérer l'espace autour et entre eux. Cette action se termine lorsque la dernière personne décide d'émerger.

Image: Rachel Echenberg, *Portrait de famille avec divan*, photo, 2014, avec Clara, Zoe et Sebastien Worsnip

Rachel Echenberg, *Empiler, toucher, crier, envelopper: suggestions de performances*, en collaboration avec l'équipe de l'éducation de la Fondation PHI, juillet 2021. En lien avec la performance de Dora Garcia *Two Planets Have Been Colliding for Thousands of Years* (Fondation PHI, du 7 juillet au 1er août 2021).



FONDATION
PHI

PHI FOUNDATION



COCOON

This action can be completed with chosen or biological family gathered physically or remotely, or alone.

Each person silently attempts to curl into as small a shape as possible inside the clothes they are wearing. As they cocoon, they should try to imagine the form their bodies make and consider the space around and between them. The action ends when the last person decides to emerge.

Image: Rachel Echenberg, *Family Portrait with Couch*, photo, 2014, with Clara, Zoe, and Sebastien Worsnip

Rachel Echenberg, *Pile, Touch, Yell, Cocoon: Performance Suggestions*, in collaboration with the Education team at the PHI Foundation, July 2021. In conjunction with the Dora Garcia performance *Two Planets Have Been Colliding for Thousands of Years* (PHI Foundation, from July 7 to August 1, 2021).