

## Article / Corpus Feldenkrais - 2016

A la lumière de ce que je sais de l'enseignement du tango « habituel » je dirais sans doute qu'en opposition à ce que j'ai pu recevoir (à une exception près), je cherche toujours au moment de la transmission, à communiquer une sensation singulière, intérieure et même interne, qui exclut absolument l'idée de vérité, par opposition à un enseignement qui passerait par l'image externe du corps, à la forme et à l'imitation, approches souvent trop privilégiées dans la danse à mon goût, et plus encore sans doute dans le tango.

Certains diront que mon approche est typiquement féminine... Pour ma part, je ne pense pas que les choses soient si simples pour déterminer une approche masculine d'une vision féminine, mais c'est ce qui m'a été renvoyé à plusieurs reprises c'est pour cela que je le cite !

Ce en quoi je crois très fort par contre, c'est que personne ne détient la vérité. Ni en tango ni dans aucune matière de la vie. Et je fuis donc soigneusement ceux qui prétendent l'avoir et encore plus la transmettre (qu'ils soient argentins au nom de leur culture, ou pas) !

Je vis en effet le tango comme une danse profondément contemporaine, exigeante et universelle, en mouvement permanent, qui permet à chacun d'évoluer au fil du temps.

C'est peut-être d'ailleurs l'un des principaux paradoxes auxquels nous sommes confrontés dans sa pratique : Comme chacun en a un ressenti personnel très fort, il a vite fait d'en faire une vérité pour tous ! Aussi, en tant que professeur, je me méfie très fort de cet amalgame, m'attachant à toujours me questionner, y compris sur mes propres vérités.

En tout état de cause, ce à quoi j'aspire dans ma pratique du tango est accéder à ce que je ressens comme un état de conscience modifié :

Il est en effet peu quotidien de nos jours, de marcher (principalement) en arrière en laissant l'initiative à un autre de donner la direction au fur et à mesure, fraction de seconde après fraction de seconde. Tout cela en talons de 9cm !!

Le défi toujours renouvelé est donc pour moi d'improviser ! Au sens de « Laisser faire sans se laisser faire », être disponible (active), trouver un plein espace de liberté à l'intérieur de mon rôle sans passer par la prise de décision consciente », tout ça dans le plaisir et le jeu, mots qui se sont révélés clés pour moi !

Etre dans le présent ! Vaste programme s'il en est.

Pour cela la seule manière que j'ai est chercher à connaître suffisamment mes propres chemins intérieurs et les fondements de la technique pour avoir confiance et accepter ce qui sera proposé par l'Autre. Quand j'y réussis, quand les moments de grâce se présentent, je me sens réellement me transformer en matière, être traversée par l'énergie donnée par l'Autre et la musique à la fois.

Ce qui est certain, c'est qu'en tant qu'enseignante, je m'appuie fortement sur ma propre expérience de vie et de danse, indissociables à mes yeux ; de même que sur l'observation des élèves – enrichie de mes découvertes et mes erreurs au fil du temps. Je tente à tout instant de me mettre à leur place pour leur donner à imaginer, comprendre et sentir le mouvement. Mon objectif est de leur donner les outils et informations dont ils ont besoin pour traverser et être traversés par une sensation, se l'approprier, l'emporter chez eux, enfin porter avec eux leur danse.

Ceci car je crois absolument, pour l'éprouver au quotidien dans ma pratique de la danse - et même de la marche et de la posture - que c'est en allant chercher la racine du mouvement, en l'imaginant, en la provoquant dans le tout petit (tellement petit qu'il peut même disparaître aux yeux des autres s'ils ne savent pas décrypter le micro-mouvement...), en changeant de focus dans l'exécution d'un même geste, qu'on réussit à établir des circuits nouveaux, un peu / beaucoup différents des premiers gestes qui viennent !

Ces premiers gestes, je les appelle « gestes brouillons », ceux qu'on fait à priori sans réfléchir sous prétexte qu'ils sont « naturels » (et qui fait que certaines erreurs se retrouvent presque systématiquement chez des gens très différents).

Quand on prend goût à cette gymnastique mentale et physique à la fois, cela devient un vrai jeu avec soi-même, dont il est difficile de se lasser. On ne s'ennuie jamais puisqu'on continue de chercher des circuits différents pour développer un mouvement vivant en s'appuyant sur des formes qui elles, se répètent nous permettant de ressentir les grandes variations de qualité suivant l'intention.

De ce fait, je suis souvent amenée à nommer ce que je crois être une importante différence entre un **mouvement dit « naturel » au sens de « quotidien »** qui est en tous les cas exécuté sans conscience ni attention particulière, mais qui a le mérite d'être facile à exécuter car résolvant rapidement une situation

et un **geste « naturel » au sens d'organique, ou « organisé »**, qui peut sembler artificiel et compliqué à première vue et semble donc inaccessible et peu agréable à celui qui n'a pas de formation de danseur, mais qui se révèle à l'usage bien plus efficace (et tout à fait organique) quand on se l'est inculqué, notamment en passant par l'imagination et la visualisation.

C'est pourquoi je crois - et suis souvent amenée à dire - qu'on fabrique un corps dansant, son propre corps dansant. Que le travail consiste à organiser son corps, à trouver des schémas corporels efficaces et plaisants.

En trouvant la recette toute personnelle entre respect des exigences de la technique spécifique qu'on veut acquérir, et respect de sa propre singularité et de la sensation qu'on a de son propre mouvement. Et dans le cas du tango de celui de l'autre !.. Puisqu'un des grandes magies de notre danse est qu'elle lie les 2 corps dans un mouvement commun.

Tout cela m'amène régulièrement aussi à « rassurer » les gens sur le temps nécessaire au processus. Je pense en effet, qu'il n'est pas possible de tout faire en même temps, comprendre, ressentir, s'approprier, ce qui est parfois vécu comme un échec par certains, peu habitués à ce temps du danseur.

Je suis persuadée qu'on n'a nul besoin d'être un danseur professionnel pour accéder à cette qualité de recherche et ayant principalement des amateurs (au sens noble du terme, mais sans formation de danseur au préalable), je sens de mon devoir d'aborder ce sujet régulièrement pour permettre au gens d'accéder à la qualité, la leur, sans préjugés.

Dans l'ordre ou le désordre (c'est-à-dire en passant parfois par la compréhension pour trouver la sensation, ou vice-versa, en ressentant d'abord pour ensuite nommer, symboliser et donner du sens au mouvement) je m'appuie énormément sur des métaphores, phénomène qui, par contre est très courant dans l'enseignement du tango. A ce sujet, j'ai un ami qui dit que chacun de nous, professeurs de tango, pourrait écrire un livre rien qu'avec les images qu'il crée pour danser et enseigner.

En ce qui me concerne, je pense que je suis passée reine dans la fabrication d'images mentales au fil des années !! Sans doute car c'est ainsi que j'apprends le mieux moi-même, et que certaines images ont provoqué de véritables révolutions internes !

Mais aussi, car j'ai pu me rendre compte que c'était souvent très efficace pour faire passer un concept global sous une forme digeste et intuitive.

J'ai eu en effet l'occasion d'en tester plusieurs, d'en reprendre certaines qui ont été formulées par les élèves eux-même suite à des exercices et de fil en aiguille, et enfin, en faisant confiance au mécanisme d'association d'idées.

Ce qui n'empêche pas la nécessité de l'explication conceptuelle, plus factuelle et rationnelle, et qui peut en rassurer certains, pour étayer le circuit du mouvement, saisi tout d'abord de façon intuitive afin de le faire passer pleinement au conscient.

A ce sujet, me vient de parler de l'importance et la délicatesse du choix des mots. Car ils me semble évident que suivant le mot choisi, on déclenche des gestes, tout un système de pensée, donc une organisation du corps, qui peuvent être parfois si différents qu'ils peuvent s'opposer !

Par exemple, je parle souvent de ne pas se perdre dans le romantisme de certaines descriptions tel que décrire l'étreinte du tango – l'abrazo -, comme une « fusion » !!

C'est pourquoi je compare l'abrazo à une articulation. La fusion d'une articulation, le fait de la « fondre » provoquerait sa perte de mobilité. Je préfère donc de loin la voir, la vivre et l'enseigner comme une combinaison en 3D de 2 entités indépendantes. Je compare l'assemblage des 2 haut du corps à un genou, une cheville, un coude.....

De même, je suis souvent amenée également à faire le parallèle ente l'abrazo et... le couple dans la vie, persuadée que dans un couple, on est 3 ... Les deux partenaires, et le couple comme un protagoniste à part entière !

Dans le cas du tango, on est même 4, avec la musique qui joue un rôle entier !  
Et même 5, car étant une danse sociale avant tout, les autres influent en permanence sur ce qui se passe dans l'intimité du couple dansant !!

Ca en fait du monde !! Et l'enfer c'est les autres, on le sait bien;) )  
Aussi, partir de soi, de sa propre expérience est le meilleur moyen à mon avis, d'avoir une chance de rencontrer l'Autre, les Autres, et sans doute Soi en fin de compte.

Un tango ne dure que 2mn30 en moyenne, c'est une sorte de haïku que chacun écrit pour et par l'autre, infiniment, et indéfiniment...

Ce qui m'intéresse profondément dans mon métier, autant en tant que danseuse qu'enseignante, c'est de cultiver une approche transversale, qui utilise librement diverses techniques et connaissances corporelles, mais aussi psychologiques, s'appuyer sur la connaissance de soi et des autres, pour inventer son propre corps dansant. Et danser une danse magnifique car ancrée dans une culture bien spécifique, demandant le respect de certains codes bien définis, en même temps que toujours en mouvement puisque c'est une danse contemporaine.