

« *L'état d'improvisation en danse* »

Donner du corps

Donner du cœur

Donner la vie

Danseuse improvisatrice, je souhaite retranscrire ce que m'insuffle le mouvement de la terre.

Mon corps issu de la nature danse cet instant intense de vie. L'improvisation, rend possible le contact avec notre vérité intérieure et nous permet de rejoindre l'animal qui est en nous.

Le corps réalise son retour aux sources, instinctivement, spontanément dans la justesse de moments éphémères. Il faut savoir se mettre en danger et tenter le vide afin de rejoindre nos limites.

Ma préoccupation première est de transmettre une "émotion", à partir de là, je travaille mon corps comme " matière " que je sculpte, que je modèle grâce à une nécessité forte à l'intérieur de moi.

Je m'adapte à un lieu et y puise la source de mon évolution . Il y a une relation au sacré, une dimension spirituelle à la rencontre d'un autre état "d'être", proche de ma nature, de la nature, et mon élan invente la couleur de la performance. Il est nécessaire d'éprouver sa danse comme un frisson infini qui relie toute les parties organiques du corps.

La conscience de l'espace, du temps, de l'énergie que possède l'endroit que nous découvrons est essentielle dans un premier temps, puis l'éveil de nos sens offre notre présence aux spectateurs qui nous la renvoient par l'intérêt qu'ils nous portent.

L'ouïe nous transmet le son, le rythme, la cadence qui donne le mouvement sans que celui ci ne se calque pour autant à la mélodie mais joue avec, au gré de l'imaginaire.

La musique, bien entendu transforme, indique, insuffle un climat, elle nous pénètre et ondule nos corps.

Le touché, sens très important qui s'évalue grâce à l'air qui entoure le danseur. Le corps fait masse et entre en contact avec l'atmosphère, sculpte l'espace, creuse ses formes dans la totalité invisible.

En avoir la sensation réelle, sentir ce contact comme un touché qui nous enveloppe intégralement.

Le corps entier devient tactile.

Le souffle est essentiel à la danse, il nous maintient en vie et nous permet de nous mouvoir. Respirer nous procure des odeurs qui peuvent donner à la danse une couleur différente.

L'odeur nous plonge dans nos souvenirs les plus profonds.

Le danseur utilise le sens de la vue afin de se situer dans l'espace (sans omettre de garder un œil dans son dos). Son regard est aussi là pour exprimer une émotion en relation avec son mouvement.

Le goût, apprécier la saveur du moment.

Au commencement d'une action dansée, la bouche renferme encore sa salive qui a ce goût humide et peu à peu l'haleine s'assèche, il se crée une transformation sur le visage, mais aussi dans le souffle et dans le corps global.

Et par dessus tout, le danseur se doit de développer un sixième sens, celui de l'intuition.

Proche de l'animal, le danseur improvisateur est instinctif et se déploie dans le sens de sa vraie nature.

L'art est à mon sens la représentation de ce que nous éprouvons au plus profond de notre vie antérieure, présente, mais aussi future.

Notre inconscient insuffle des informations crues transformées aussitôt en élan du corps.

Influencés par notre environnement quotidien, urbain et (ou) rural, nous racontons des histoires plutôt abstraites mais pleines de sens pour ceux qui savent les recevoir en ouvrant leurs cœurs plein d'abandon. En travaillant dans la nature, notre corps, qui en est issu, retrouve son contexte véritable à l'écoute du souffle du vent, du chant des oiseaux, du mouvement circulaire de la terre, de l'influence du cosmos, de la rivière qui s'écoule de manière intemporelle. Autant d'éléments, et il y en a bien d'autres, qui fournissent matière au corps. Notre corps possède la mémoire des sensations éprouvées en milieu naturel, c'est ce que je souhaite transmettre et partager, ce souvenir.

Par ma personne, donner aux gens la sensation de ce qu'est un " être humain ", doté de chair, d'esprit, d'organes, lorsqu'il se rapproche des éléments naturels qui l'entourent et qui le maintiennent en vie.

Donner du corps, donner du cœur, donner la vie.

Beaucoup de danseurs ont souvent un rapport à leur corps qui me semble simplement musculaire

où le mouvement se heurte seulement à la surface de la peau.

Consciente de cela, je me suis alors dirigée vers d'autre pratique physique et porteuse d'une dimension spirituelle. J'ai rencontré alors le yoga voilà presque trois ans et cela m'apporte

tout ce que je ne trouvais plus dans les cours de danse.

C'est à dire un travail physique, musculaire nécessaire au danseur, souplesse et équilibre, mais par dessus tout une dimension spirituelle, un rapport au sacré, au rituel, ce qui n'existe absolument pas dans les techniques connues de nos écoles.

Lorsque nous exécutons une posture de yoga l'essentiel ne peut être la forme mais le mouvement à l'intérieur du corps, qui fait vivre cette forme. Nous apprenons ce qu'est un corps dans sa globalité et son infiniment profond, en relation à l'univers. Nous travaillons le squelette, les organes, les muscles les plus proches des os, l'esprit dans une entité. C'est une discipline qui crée conscience et équilibre dans l'humilité de l'action. Le yoga a fait naître en moi un autre rapport à mon corps dans la société, une unité face à l'univers et une relation profonde à la terre.

Mes thèmes à danser s'apparentent à l'existence, aux désirs, aux angoisses, aux craintes et aux moments de joie, à la société et à ses maux, à notre terre mère, à la naissance et à la mort.

Je ne danse pas de façon préméditée, je ne fais que révéler l'espace qui m'entoure, qui me renvoie son énergie que je retransmet à mon tour aux spectateurs qui me l'offrent à nouveau dans un cercle infini, et ainsi le lieu s'anime.

La relation entre tous ces éléments se fluidifie et donne naissance à la danse éphémère. Ceci requière une haute écoute de ce qui traverse la chair. L'instinct se déploie de façon ordonnée et la structure s'affine dans l'évolution du moment. Une danse peut évoquer

plusieurs états, plusieurs sensations. Divers sentiments peuvent me traverser, c'est en quelque sorte une tranche de ma vie qui défile sous les yeux du spectateur. Lors d'une performance, il est nécessaire d'instaurer un climat qui du début à la fin sera le fil conducteur. A l'intérieur de cela il faut rester simple, épurer.

Le silence est porteur de la vérité des sentiments.

C'est passionnant pour moi d'arriver sur un lieu encore inconnu, le sentir, le toucher, le goûter, l'apprécier, l'écouter avant, pendant et après l'action. Evaluer la danse qui naîtra de la puissance émergeant des sols et créer la rencontre entre l'acteur exprimant sa sensation et l'environnement.

Nous sommes des êtres mouvants dans l'univers profond à l'écoute de la poésie de la nature.

Il faut se remémorer les sensations connues de touché, de senti, de vu... pour trouver l'état. Faire vivre en soi la sensation de l'eau, être la mer et les vagues, la rivière, ou simplement une goutte de rosée. Ne pas imiter mais éprouver réellement en soi, cela doit surgir par surprise dans un moment ultime, intime.

Il m'arrive parfois de m'influencer pour une danse d'un haïku, (petit poème japonais en trois vers évoquant de manière spontanée la nature) lors de la lecture, je revis mes propres observations à la campagne. Je suis dans le subtil, dans le sensible. Que recevait ma peau lorsque le vent soufflait dessus? Et le bruit des vagues ou les rayons du soleil au bord de mer? La vision d'un voilier au loin..? Sensations qui renaissent lors de la mise en danse. Si nous ne connaissons pas ce que procure le fait d'être un animal qui naît ou une fleur qui éclo, alors notre inconscient doit agir avec puissance afin de réaliser une transformation à l'intérieur de nous. Se trouver dans la chair de la fleur ou dans la coquille qui va éclater. Concevoir ces images en soi et les vivre fondamentalement, sortir du simple état de la personne humaine, s'ouvrir à l'au-delà. Oser regarder, sentir, toucher cette autre dimension. Vraiment entrer en soi même puis extérioriser cette concentration transformée en émotion puissante.

La danse me rapproche de l'histoire de ma vie, mais aussi à celle de toute l'humanité, à l'écoute des vibrations de l'univers avec tous ce qu'il comporte d'éléments vivants.

C'est une nourriture qui élève le mouvement de mon corps.

Les corps transmettent cette réalité d'ETRE VIVANT, de matière issue de la terre.

Montrer l'Homme qui s'essouffle, une respiration qui s'accélère, l'expression d'un visage qui change, une goutte de sueur dégoulinant... toutes ces choses appartiennent à la nature humaine.

Autant d'éléments qui renvoient le spectateur à son propre corps. Il est nécessaire d'ouvrir son cœur, son âme pour que la danse évolue dans le respect des lois de la nature.

Afin que le spectateur ressente cette émotion jaillissante, la proximité entre les corps du public et celui du danseur est primordiale. La distance qu'entraîne un espace scénique trop éloigné des spectateurs, laisse malheureusement l'énergie se diffuser dans le vide avant d'atteindre la personne,

le mouvement devient simplement architectural ou trace dans l'espace, tel un écran sans transmettre son essence véritable.

L'inattendu l'étonnement sont les éléments essentiels de la pièce improvisée. Chaque seconde invente le mouvement, le corps se confond dans le décors.

Le message transmis dépend de la diffusion, de la projection de l'énergie, de l'état.

Par la danse vibre la transe.

Ce qui sort de notre corps est invisible. Comment nommer cette chose qui est l'essence de la présence de tout acteur vivant? Cette intériorité mise à nu qui secoue la sensibilité du public.

C'est une condensation d'énergie, de concentration qui, ayant atteint son sommet s'évacue enfin. Nul besoin de se presser, d'entrer dans une gestuelle rapide, de vouloir combler le soit disant vide, ce moment peut être immobile. Dans l'improvisation le silence est aussi important que l'action.

L'énergie n'est pas une affaire de rapidité, mais plutôt d'intensité.

Pour moi l'improvisation n'est pas une technique ni un savoir faire que l'on peut enseigner, mais une expérience ouverte à tous qui permet la découverte de son intérieur profond, de l'environnement auquel on s'intègre, des autres improvisateurs et spectateurs. La performance ne vise pas au spectacle sans erreur, bien au contraire, la recherche d'accidents faisant perdre notion et équilibre nous emmène vers une autre-danse, une contre-danse, vers nos limites, nos risques.

L'erreur peut être source de créativité, l'erreur peut être "belle" si elle entre dans la conscience et se transforme en matière créative. Une action spontanée ne peut produire une performance parfaite.

Rien n'est calculé à l'avance, (au niveau du geste) tous se crée dans l'instant. Quand pourrions nous dire qu'une improvisation a fonctionné du début à la fin? Et de même pour un spectacle écrit!

L'acteur-danseur tient compte de tous les éléments extérieurs et intérieurs qui sont autant de facteurs d'inspiration ou de non inspiration. Il se doit de jouer avec toutes ces choses qui viennent à lui et de les transformer en création vivante. La sensation éprouvée par le danseur ne peut se limiter à son épiderme, je veux dire qu'elle ne reste pas à l'extérieur de lui, en surface seulement. Cela donnera certes une danse fluide et ordonnée, dans une connaissance technique sans faille mais restera encore vide de sens, ne permettant pas d'entrer dans l'état proche de toutes choses VIVANTES.

La danse ne peut être que le seul plaisir d'exécuter de beaux gestes, mais elle nécessite de pénétrer

en soi afin que jaillisse la source humaine de vie que nous possédons tous mais qui parfois reste trop bien cachée, peut-être par peur. La danse est pour moi un engagement de tout mon ETRE et de ma VIE.

Elle me permet de reconstruire mes rêves.

L'improvisation s'envisage de façons très diverses. Elle nous procure une grande liberté d'expression qui laisse place à l'individu.

Porteuse de partage et de rencontre, je la vie comme un don, en toute humilité, sincérité et avec beaucoup d'amour.

Sophie COURNEDE

Toulouse le 12/05/2000