

Plongée dans l'expérience sensible

Harbonnier, N. (2012). *Spirale*, 242, 50-52.

La notion d'« état de corps », si fréquente dans le milieu de la danse contemporaine, semble revendiquer un travail du danseur sur sa matière corporelle, que ce soit pendant le processus de création ou en contexte de performance. Le terme *état* est-il vraiment adéquat dans ce contexte ? Si la définition de ce terme évoque une propriété « *plus ou moins durable, permanente* », comment cette propriété peut-elle s'appliquer au corps de l'interprète chargée de traduire en mouvements le projet du chorégraphe, activité que l'on se représente plutôt comme dynamique et fluctuante ? En effet, le danseur-interprète est dans une situation telle qu'il serait à la fois objet-matière malléable par le chorégraphe et sujet-créateur responsable de sa propre consistance. Comment rendre compte de cette possible interaction entre une incorporation de « quelque chose » suggéré par le chorégraphe et la traduction d'une intériorité auto générée par l'interprète ? En interrogeant quelques interprètes et chorégraphes sur leurs expériences reliées à la notion d'état de corps, j'ai tenté d'apporter quelques éléments de réponse, tout en confrontant leurs témoignages à deux perspectives. L'une, « poético-philosophique », apportée par José Gil dans son texte « The Paradoxical Body » (*The Drama Review*, vol. 50, n° 4, 2006), rend compte des effets expressifs que les témoignages des artistes m'amènent à relier à la notion d'état de corps. L'autre, « neurophysiologico-sensorielle », représentée par les réflexions d'Hubert Godard et les recherches d'Alain Berthoz, permet d'aborder les processus engagés par la personne qui entre dans un *état de corps de danse*.

Une dynamique entre émotion, attention et lâcher-prise

Tout débute avec une « émotion », m'ont confié très spontanément les artistes interrogées sur leurs expériences liées à la notion d'état de corps lors d'un projet chorégraphique. Pour elles, cet état émotif s'actualise complètement dans le corps et le mouvement : « *C'est presque comme si c'était le corps qui parlait plus que l'émotion, mais en même temps, l'émotion était là à cause de tout ce qui s'était passé avant* », me confie la danseuse Lucie Vigneault. La chorégraphe Catherine Gaudet, de son côté, prend une certaine distance par rapport à une quelconque motivation d'ordre psychologique : « *Travailler l'état de corps à partir de petites vibrations émotives quotidiennes et juste essayer de gonfler un peu leurs répercussions dans le corps [...] Je voulais voir ce que cette émotion-là suscitait comme mouvement, comment ça pouvait le faire bouger sans que ça devienne psychologique* ».

Alors que l'interprète Caroline Gravel traduit instantanément l'émotion en manifestations physiques (fluctuations de tensions musculaire comparées à « *un accordéon émotif* »), Johanna Bienaise met l'emphase sur l'imbrication étroite entre émotion, corps et espace en révélant comment leur enchevêtrement arrive à créer un *état de corps du vide* lors de l'interprétation du solo *Brenda* : « *Ces micro-chutes [flexion des deux genoux qui interrompt sa marche au début du solo] faisaient sens avec une chute psychique, émotive, d'abandon [...]. Pour moi, c'était un état de corps du vide...»*.

Par ailleurs, toutes les artistes interrogées évoquent un état de réceptivité, de disponibilité, ou encore d'ouverture qui permet à l'interprète d'être totalement présente à l'instant vécu, autrement dit, une véritable « qualité d'attention » : « *C'est un état de corps présent du début à la fin* », souligne Johanna Bienaise, précisant qu'elle entre dans la sensation, essaie d'écouter et d'ouvrir son attention. Pour Lucie Vigneault, il importe « *de ne pas se laisser envahir par les pensées* », d'être « *complètement connectée et reliée à ce qu'on a à faire physiquement, dans l'ici et maintenant. Il y a comme un abandon [...]* ». Lucie voit aussi, dans la notion d'abandon, la possibilité de vaincre ses barrières psychologiques pour se surprendre à réaliser l'action adéquate à un moment de sa performance. Dans le même esprit, la chorégraphe Manon Oigny évoque très explicitement la nécessité d'une activité méditative de visualisation lors du travail d'une scène particulière de sa pièce *24 caprices*. Il s'agit en quelque sorte d'entrer dans l'expérience sensible, d'abandonner son propre jugement envers soi-même pour se mettre dans un état de réceptivité. Cette notion d'état de corps renvoie indubitablement à une « plongée » dans l'expérience sensible qui requiert une mise à distance de l'activité intellectuelle, une façon de lâcher-prise afin de « *laisser le corps prendre le dessus* », affirme Caroline Gravel. Cet état de réceptivité favoriserait par ailleurs la capacité de l'interprète à passer d'un état à un autre, comme l'évoque Johanna Bienaise : « *Dans la première partie de Brenda, j'avais une sensation de vide, mais très fragile, dans la deuxième partie, c'est un vide plus énergétique et dans la troisième partie, où j'ai les yeux fermés, là, c'est une sensation de vide complet... un vide sensuel* ». Cet état de réceptivité facilite également le lien ou la connexion à l'autre, ce dont les interprètes parlent parfois en termes de « *résonance* » (Rizzolatti, G., Fogassi, L., & Gallese, V., 2001, Neurophysiological mechanisms underlying the understanding and imitation of action. *Nature Neuroscience Reviews*, 2, 661-670). Par exemple, Caroline Gravel se souvient ici d'un moment vécu au cours d'une répétition de *Soft Wear* avec la chorégraphe Meg Stuart au cours duquel elle a expérimenté ce phénomène: « *elle se lève puis elle devient cet état de corps que je reconnais immédiatement. Il y avait une symbiose entre ce qu'elle faisait et sa personne ; je n'avais pas l'impression que c'était plaqué. J'avais l'impression d'une entièresité [...]. J'ai lâché quelque chose, j'ai laissé résonner, j'ai tout de suite embarqué dans une ouverture, dans la réception d'une énergie, d'un état de corps.* » Certains interprètes évoquent également l'idée d'une « auto-organisation », tel que formulée par Nikolaï A. Bernstein (*The coordination and regulation of movement*, Pergamon Press, 1967) : « *C'est comme s'il s'agissait d'une architecture interne qui s'organisait toute seule... je la laisse faire, je laisse entrer le mouvement, je laisse entrer des ondulations, des spirales* », affirme par exemple Johanna Bienaise.

Un corps « paradoxal »

On voit aisément par les témoignages de ces artistes comment ces différentes sensations de vide, de lâcher-prise, de connexion-résonance à autrui qui induisent des fluctuations d'état, rendent compte, à leur manière, de la notion de « *corps paradoxal* » du philosophe José Gil : « *Un corps qui s'ouvre et se ferme, qui se connecte sans cesse avec d'autres corps et d'autres éléments, un corps qui peut être déserté, vidé, volé de son âme, aussi bien que traversé par les flux de la vie les plus exubérants. Un corps humain parce qu'il peut devenir un animal, un minéral, une plante,*

devenir atmosphère, trou, océan, devenir pur mouvement. C'est : le corps paradoxal » (traduction personnelle N.H.).

Si, donc, il fallait tenter une première synthèse, l'état de corps du danseur pourrait être compris comme étant le fondement de la transformation de soi, une transformation qui proviendrait « *de l'intérieur, mais qui se déploie en même temps dans l'espace* », précise Lucie Vigneault. Dilatation, diffusion, flottement, déploiement, toutes les interprètes interrogées font état d'une expérience de l'ordre de la fusion avec l'espace, expérience qui fait écho aux réflexions de Gil sur ce qu'il appelle l'« *espace paradoxal du corps* » chez le danseur capable de « *se prolonger au-delà de ses contours visibles* », de créer « *un espace intensifié* » et de projeter quelque chose de l'ordre de l'intime vers l'extérieur. Gil parle notamment d'un « *investissement affectif* » de l'espace par le corps et d'une « *projection-sécrétion de l'espace intérieur sur l'espace extérieur* » qui permet au danseur d'envisager sa relation corps-espace comme une seule matière indivisible et transformable.

Une expérience interactive

Tous les témoignages recueillis reflètent la pensée de Laurence Louppe à propos de la révolution de la danse contemporaine qui, selon elle, donne une place centrale au corps comme « *lieu d'expérience* » : « *la révolution de la danse contemporaine n'a pas été d'instaurer un nouvel art chorégraphique, mais un corps comme lieu d'expérience et lieu de savoir. Cette révolution permet d'affirmer que le corps peut développer sa propre énonciation par rapport à lui-même et par rapport au monde.* » (*Le corps pressenti*, Alès, 1995).

Hubert Godard approfondit et oriente cette notion d'expérience en danse en l'amenant du côté du sens du geste qui organise la dynamique relationnelle sujet-environnement. Cette dynamique façonne, à son tour, notre matière corporelle, décrite par l'auteur en termes de phénomènes respiratoires, posturaux et perceptifs. Dans cette citation extraite d'un texte relatif à la respiration en danse, Godard s'interroge sur le sens de l'acte et nous propose déjà un pont entre l'expérience du geste et la matière corporelle : « *Ce n'est donc pas la répétition d'un mouvement mais l'expérience du geste et par là la "fabrique du sens" qui donne le sens (direction) aux sens. Elle organise à partir de là une plasticité des phénomènes respiratoires, posturaux et perceptifs qui façonne ainsi la structure fluctuante que l'on appelle "corps"* » (« *Le souffle, le lien* », *Marsyas*, n° 32, 1994). En ce sens, la propriété permanente inhérente à l'expression « état de corps » ne renverrait-elle pas finalement à la persistance d'une dynamique relationnelle sujet-environnement?

Par ailleurs, au-delà de la plasticité des phénomènes perceptifs, Godard parle aussi d'une antériorité de la perception par rapport à l'action : « *c'est d'abord l'organisation de la sphère perceptive (proprioception, vision, tactilité, audition) qui va nourrir le mouvement, et son développement sera le prédicat de toute motricité fine.* » (« *C'est le mouvement qui donne corps au geste* », *Marsyas*, n° 30, 1994)

Il est donc sans doute possible de comprendre cette antériorité de la perception avant tout comme un processus d'attention qui renvoie à la responsabilité agissante de l'interprète. En effet, les travaux en neurophysiologie de la perception menés par Alain Berthoz soulignent l'indissociabilité de la perception et de l'action. Par ailleurs, Berthoz éclaire la dimension

subjective de la perception que « *nous pouvons faire basculer suivant notre point de vue* » tout en pointant ses limites puisque, écrit-il, « *elle est contrainte par les hypothèses que nous faisons sur le monde* » (*La décision*, Odile Jacob, 2003). De même, en s'appuyant sur les travaux du physicien Koenderink, Berthoz ajoute que « *les perceptions ne sont pas dans le cerveau ni dans le monde, elles sont dans l'expérience* » (*La simplicité*, Odile Jacob, 2009), c'est-à-dire dans l'interaction vécue du sujet avec le monde.

En s'appuyant sur cet éclairage théorique, il est possible de comprendre que, dans les moments qu'elles associent à la notion d'« état de corps », les danseuses -interprètes, se rendent constamment disponibles aux différentes informations - en provenance du sujet comme de l'environnement - qui s'intègrent dans un réseau de boucles interactives entre émotion-attention-perception-action; ces boucles me semblent constitutives de la dynamique de l'état de corps.

En danse, cette notion renverrait ainsi à la création d'une dynamique relationnelle interne en lien avec l'environnement, dynamique qui favoriserait la persistance d'une plasticité corporelle permettant d'intégrer et de faire interagir les dimensions physiques, cognitives et émotionnelles de l'être humain.