

La pratique de la danse et celle de l'hypnose se rejoignent à l'endroit où le corps s'habite, se relie à son environnement et où s'invente une manière de vivre. L'expérience de la danse offre un temps et un espace propice à la rencontre. Rencontre avec son corps, avec le corps de l'autre, dans des situations où chacun des sens accueille la richesse et la complexité de la réalité. Expérience très proche de celle de la «perceptude», ce concept proposé par François Roustang pour décrire le processus hypnotique, marqué par la continuité et la prise en compte de tous nos liens avec le monde.

La danse se construit, pour moi, dans et avec les lieux. Elle naît de leur habitation (lieux traversés plutôt qu'occupés) et s'offre aux spectateurs-plongeurs en cohabitation éphémère. Augmentée de l'outil hypnotique, peut-être invite-t-elle plus expressément encore chacun à habiter ses lieux ? A «Habiter poétiquement le monde»¹ ?

« Qu'il s'agisse de constructions, de situations, de formes ou de mots, l'habiter poétiquement effectue une percée au-delà du cadre bâti, et propose une esthétique de l'existence, dans laquelle création et quotidien ne sont pas séparés, et dont les traces et l'archivage sont des formes de communication avec l'autre. Parce qu'il maintient l'esprit d'enfance, l'habiter poétiquement est un espace ouvert qui permet de vivre le monde comme poème. »²

Les danses avec hypnose puisent à une source de mouvements archaïques, involontaires, bruts, et se déploient dans les corps préparés et disponibles des danseurs, en résonance avec ce qui les environne. L'un des enjeux serait alors que la danse s'émancipe de la chorégraphie pour redonner toute sa puissance au geste chorégraphique. Imaginez ainsi une transposition du titre teinté de l'humour provocateur de John Cage « Je n'ai jamais écouté aucun son sans l'aimer : le seul problème avec les sons, c'est la musique », où « geste » se substituerait à « son » et « chorégraphie » à « musique »...

Catherine Contour

¹Titre d'une exposition présentée au Lam fin 2010, où la question de la valeur d'usage de l'œuvre d'art était posée à partir de contextes de création prêtés communément à l'art brut.

²Extrait du catalogue.



Nina Santes - Danses avec hypnose
de Catherine Contour © Mathieu Bouvier

Exercice 5 – Habiter ses lieux

- Choisissez un lieu tranquille et installez-vous dans une position assise agréable, les pieds en contact avec le sol. Vous pouvez fermer les yeux, les garder ouverts ou mi-clos.
- Laissez vagabonder votre attention à travers les sons du lieu, tout en prenant conscience des appuis de votre corps. Les différentes qualités des contacts avec le sol, l'assise, les étoffes des vêtements, l'air...
- Puis portez votre attention plus particulièrement sur une partie du corps, petite, étendue, en surface, à l'intérieur, un espace qui progressivement se précise dans son volume, sa forme, ses dimensions. Amusez-vous à rencontrer ce lieu, peut-être sa/ses couleurs, lumières particulières, sonorités et pourquoi pas des senteurs et des goûts qui s'y manifestent peut-être, les micromouvements qui s'y déploient, la respiration, les flux et les circulations.
- Imaginez alors cette partie du corps comme une pièce dans une demeure, connue et/ou inventée, et prenez le temps de découvrir et d'aménager cette pièce pour en faire un lieu agréable et confortable pour le repos ou toute autre activité. Sentez et ressentez la manière dont votre corps est positionné, ses mouvements, gestes et actions, ses déplacements, peut-être à un moment de la journée, de l'année, à une époque particulière.
- Pendant quelques minutes, profitez de toutes les qualités de cet endroit, où vous pourrez revenir au moment de votre choix poursuivre peut-être cet aménagement et en profiter.
- Puis remettez-vous en mouvement pour quitter cet espace et parcourir le chemin qui vous ramène vers ce siège sur lequel votre corps est installé en laissant s'organiser toutes les parties du corps en une architecture harmonieuse.
- Terminez cet exercice en prenant quelques profondes respirations, en vous étirant, en faisant les mouvements dont vous avez besoin pour reprendre, tonifié, le cours de votre journée.



Plongée 9

*Corps, lieu et imaginaire
Danser pour habiter poétiquement ?*

avec Loup Abramovici, Mathieu Bouvier,
Catherine Contour et Laurent Pichaud