

Du souffle à l'idée, de l'idée au geste

Les techniques de yoga, la notation Laban, l'informatique musicale influencent beaucoup mon processus créatif. Comment ces disciplines dialoguent-elles avec mon travail chorégraphique ?

A - Du souffle à l'idée

Dès mon premier solo « Beith » (1996) j'ai posé comme fondement du mouvement le souffle. Car mon idée était de ne pas produire du mouvement, mais de rechercher la nécessité intérieure qui mène au mouvement.

Les techniques respiratoires du yoga de l'énergie (yoga occidental d'inspiration tibétaine de la lignée Tilopa-Naropa-Marpa), et les recherches personnelles de Gianna Dupont, mon professeur, sur la sphère génitale, ont été à la base de cette expérimentation. La pratique invite à un grand « lâché prise », qui favorise le travail des appuis et stimule la musculature profonde. On agit sur les trois diaphragmes : pelvien, thoracique et crânien.

1) Description rapide des techniques employées :

a- la respiration

On peut dissocier la respiration abdominale, thoracique, et sous claviculaire : on parle des trois étages respiratoires ou foyers d'énergie.

La respiration s'effectue la plupart du temps par les narines, souvent de façon très fine et sans bruit. On discerne trois zones dans les cornets des narines, base du nez, milieu du cornet des narines, haut des cornets des narines, qui correspondent respectivement aux trois étages respiratoires. On apprend également à dissocier la narine droite et la narine gauche.

b- technique de contractions et dissociations des zones des trois diaphragmes pelvien, thoracique et crânien.

- Le Sahajali-mudrâ pour les femmes, consiste à contracter progressivement les lèvres du sexe, le vagin, puis le col de l'utérus
- Le vajroli-mudrâ pour les hommes désigne la contraction du gland, du pénis et de la région de la prostate
- L'asvini-mudrâ consiste à contracter successivement et dans l'ordre, les deux anneaux musculaires de l'anus, de l'extérieur vers l'intérieur
- Le mûla-bandha subtil est la contraction, de la zone du périnée située entre le sexe et l'anus
- L'uddhiyâna-bandha : désigne le retrait de l'abdomen en douceur vers la colonne, et simultanément l'élévation et l'ouverture des côtes
- Le Jâlandhara-bandha: consiste à fermer l'entrée thoracique, de la base du cou, le menton vient avec douceur sur la gorge
- Le Bandha-traya est la pratique simultanée des trois bandhas précédents
- Le mûla-bandha physique est la contraction du périnée dans son ensemble

c- technique de concentration

La concentration accompagnée de la respiration s'effectue sur des points, des surfaces, des volumes, des lignes, des spirales, dans l'espace du corps ou dans l'espace extérieur, elle circule en reliant un espace à l'autre, elle construit des figures géométriques en mouvement.

Le corps de la concentration est constitué du mental et des indriyas, qui sont l'affinement et le prolongement de nos cinq sens ordinaires. On conçoit dix paires d'indriyas basées sur les cinq sens :

- indriyas des cinq sens de gauche et de droite : cinq paires
- indriyas d'action de l'observateur à l'observé (cinq paires)
- indriyas d'information de l'observé à l'observateur (cinq paires)

Les techniques de souffle, enseignées par Gianna Dupont, combinent le placement de la respiration, le déplacement de la concentration et la mise en place des mudrâs et bandhas.

2) application de ces techniques dans mon travail chorégraphique

Ces techniques alliées à l'improvisation m'ont naturellement invitée à explorer mes propres combinaisons de placement de la respiration, d'utilisation de mudrâs et bandhas, mais surtout m'ont amenée à construire par la concentration mes propres figures géométriques en mouvement.

Guidée par le souffle, l'organisation de mes appuis est devenue extrêmement précise, et ma conscience de l'espace très ténue, comme si je percevais chaque particule d'air. La danse s'est faite alors très lente, très épaisse, et dans un temps continu.

Le corps est allégé par le souffle, qui est extrêmement effilé. Je ne ressens ni l'inspiration ni l'expiration, j'hume l'air qui semble s'infiltrer de façon continue comme un fil précieux par tous les pores de la peau. Alors je ne perçois plus vraiment les contours du corps, la perception se dissout dans l'air, chaque cellule s'y prolonge et s'y fond. Tout devient élastique, chaud et savoureux. Je « résonne » dans l'air qui résonne dans mes chairs. Chaque résonance a sa trame dramatique, que je décède et guide dans l'espace (ou dans les espaces : les lieux, les corps des autres, mes replis). Je me laisse traverser : je suis présente.

Ce travail a développé la conscience de mes schémas corporels, et ma capacité à me projeter dans des univers géométriques inédits.

Grâce à la mémoire des sens, ou à ce que je peux subodorer d'une situation dansée, nul besoin de se mouvoir pour ressentir un mouvement, ou un espace. Les sens et l'intellect les reconstituent sans avoir besoin de l'action. Je suis donc en mesure de chorégrapier sans phase d'exploration en atelier.

Le désir de composer à partir d'une pensée issue de la danse, en élaborant des processus abstraits, c'est alors imposé.

Pour cela, prenant en exemple la musique contemporaine, une écriture symbolique m'a semblé être un moyen poétique précieux.

J'ai alors étudié la Cinégraphie Laban avec Jacqueline Challet-Haas : le système permet avant tout de noter une danse déjà existante, cependant il est aussi possible de l'employer de façon plus fantaisiste, pour inventer des espaces chorégraphiques.

J'ai d'ailleurs entrepris, une recherche pour développer à partir de la Labanotation mon propre langage.

La formalisation de cette écriture pour la composition a été largement influencée par ma rencontre avec l'ingénieur en informatique et ethnomusicologue Frédéric Voisin et ma collaboration avec le compositeur Kasper T. Toeplitz.

B – De l'idée au geste

1/ Présentation de mon système d'écriture

La Labanotation ordonne autour du danseur un espace cubique quadrillé, à partir duquel sont proposés, pour un certain nombre de coordonnées horizontales et verticales, des signes bien définis, obtenus à partir de sphères divisées en 8, 16 ou 24.

Pour des raisons, qui sont dues à une vision imaginaire et absolument irréaliste, de l'espace autour du danseur, les volumes dans lesquels j'invite l'interprète à se prolonger sont des sphères ou des cylindres, qui peuvent s'organiser, selon les nécessités chorégraphiques et poétiques, de différentes façons.

Je dois cette vision de l'espace à Frédéric Voisin, qui, en étudiant les principes du système Laban et en les questionnant, a contribué à l'avancée de ma réflexion personnelle. Il m'a aidé à mettre en place un système d'évaluation ouvert, qui me semble plus en adéquation avec les architectures immatérielles qui font émerger toute la poésie de ma danse.

Il a conçu un petit logiciel « LOL », se présentant comme un tableau à deux entrées, et me permettant de mettre en rapport les parties du corps ou les objets, et les classes de mouvement avec lesquels je souhaite travailler. Le système d'évaluation est déterminé en fonction de l'univers spatial de la chorégraphie. Chaque partie du corps

est évaluée dans chaque classe de mouvement, suivant l'évaluation spatiale pré-établie. Le logiciel calcule à partir des données choisies, toutes les combinaisons possibles. Je l'ai utilisé de 2000 à 2004, il a été un outil fantastique, qui m'a permis d'apprendre à reconnaître parmi tous les possibles, mes préférences.

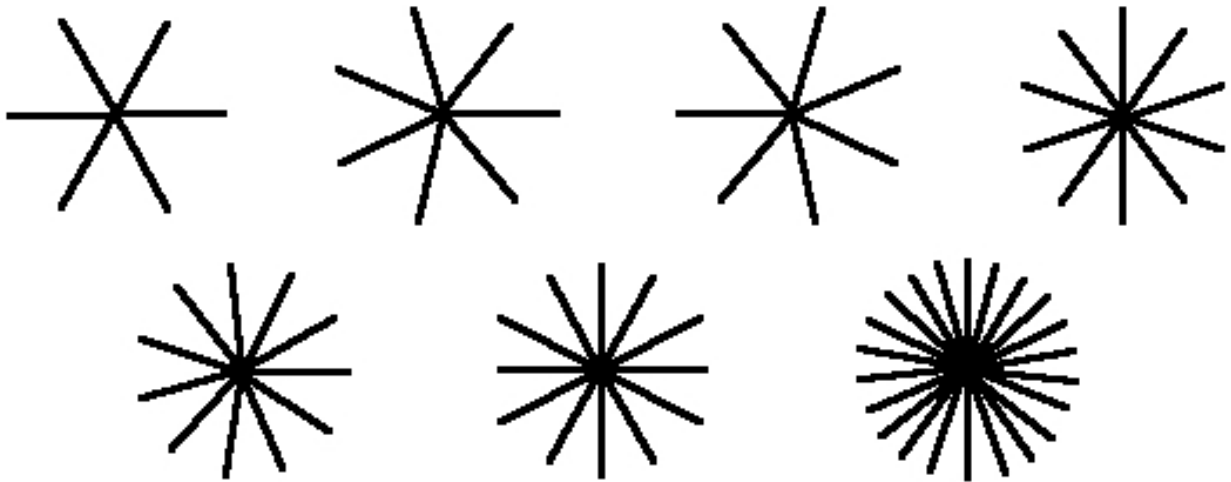
Mais ce qui me semble, aujourd'hui, être le point fort de l'expérience menée avec le logiciel, c'est qu'en ouvrant le système d'évaluation, nous ne pouvions plus (Laurence Marthouret, la notatrice associée au projet, et moi-même) traduire en Laban les tableaux de « LOL ».

J'ai soumis certains problèmes chorégraphiques à mon professeur Jacqueline Challet-Haas : comment noter en Laban, une pièce conçue avec « LOL », telle que « Marine » (un solo créé au Festival de La Bâtie à Genève en septembre 2001, pour la danseuse Cindy Van Acker), où l'espace de base est une sphère divisée en sept ?

La réponse de Jacqueline a été immédiate : « c'est impossible ». Elle m'a alors encouragée à formaliser une écriture personnelle.

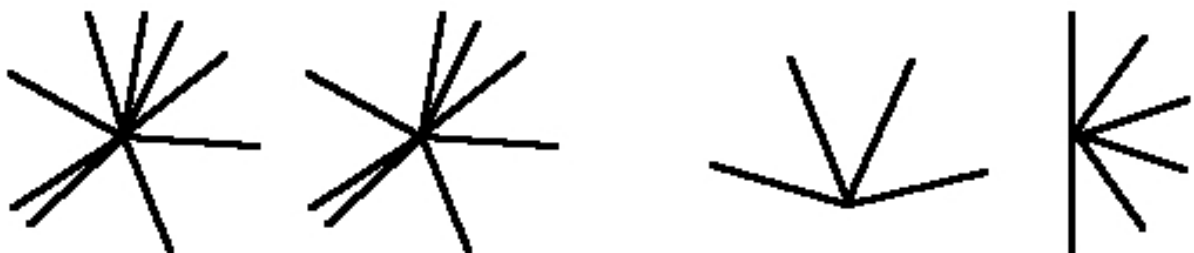
Aussi, en septembre 2002, j'ai entrepris le développement d'un système symbolique qui admet les 360° du cercle et qui, selon l'univers spatial désiré, admet une division des sphères autour du danseur en 360, ou en 7, 11, 47 et c., tout est envisageable, y compris des univers aux angles inégaux. Carole Garriga (notatrice et danseuse de la compagnie depuis 2000) m'accompagne depuis 2004 dans cette recherche, toujours en cours d'évolution.

Ci-dessous, cette série de signes renseignent l'interprète sur la division de l'espace sur le plan horizontal (c'est le plan des directions). Les signes s'inspirent de la croix utilisée par Jacqueline Challet-Haas comme support pédagogique.

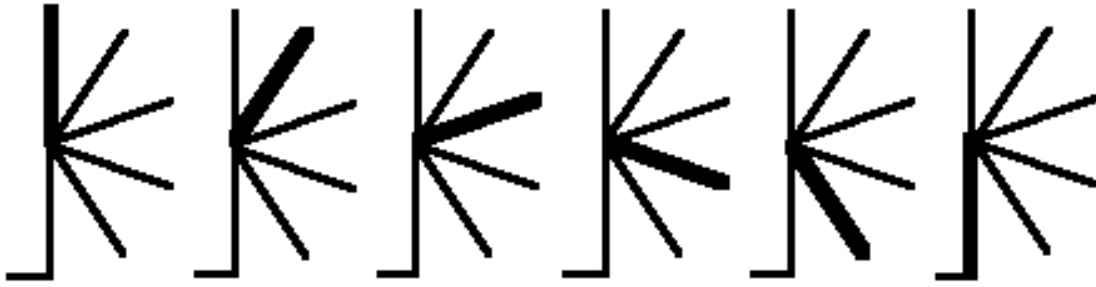


Leur division est irrégulière utilisée

ou Ils peuvent indiqués qu'une zone du plan horizontal n'est pas



Les signes suivants indiquent, eux, des mouvements sur le plan vertical, la tige noircie est le niveau à atteindre.



Ces croix, dont la signification est modulée en fonction d'autres signes, sont incorporées selon un système de référents que le chorégraphe détermine: cela peut être certaines articulations ou l'axe des danseurs, les lieux, des points particuliers dans le corps ou dans l'espace. Leurs nombreuses coordonnées se définissent par la notion de direction sur le plan horizontal, et par la notion de niveaux sur le plan vertical. Ces deux notions viennent évaluer les gestes d'action (rotation, flexion, translation, enroulement, culbute, changement de direction ou de niveaux des membres), les actions (parcours, giration, changement d'orientation et de niveau du corps dans son ensemble), et les mouvements de relation (distance, contact, adresse, support).

Les acteurs de la motricité (les corps, les parties du corps, les systèmes corporels, tout objet intégré dans l'environnement chorégraphique, et la concentration : c'est-à-dire pour moi le mental et les dix indriyas), ainsi que les mouvements eux-mêmes, et les croix les évaluant, subissent des déclinaisons de sens allant, suivant le désir de l'auteur, de l'imprécis à une extrême précision. Enfin, l'évaluation proposée n'est pas toujours une valeur absolue. Elle peut être de l'ordre de l'opération. Elle est alors calculée par l'interprète, qui décide du point de référence à partir duquel s'opère le calcul

Le temps est signifié par l'organisation spatiale de la partition : son déroulement est chronologique ou plus ou moins disloqué, la durée des actions est plus ou moins précisée, là encore je me place dans une élasticité. En ce qui concerne mon propre travail, je laisse, la plupart du temps, de côté le traitement rythmique strié (accélération, rupture, zapping), pour me placer dans un temps d'écoute continu, une rythmique lisse. La danse est faite de variations de lenteur.

L'écriture n'est pas descriptive, elle vient cerner une idée sensible. Elle opère comme un dispositif fait d'indications concernant différents éléments de l'environnement chorégraphique, comme des strates de données venant renseigner l'interprète sur l'univers poétique visé : la partition est ouverte.

J'envisage chaque chorégraphie, comme l'occasion d'inviter l'interprète à être présent, conscient de ses actes et de ce qui le traverse. L'idée est d'éviter de l'enfermer dans des habitudes motrices, en concevant des compositions qui stimulent sa créativité : il doit faire des choix, effectuer des opérations, il doit faire face à l'inattendu d'une situation qu'il n'a pas encore vécue, il ne peut pas jouer un rôle, ce qui est sollicité est sa capacité à comprendre ce qui se passe et à y répondre instantanément. Ainsi, chaque représentation du même spectacle est unique.

2 / systématisation d'une lecture et écriture de partition chorégraphique en temps réel

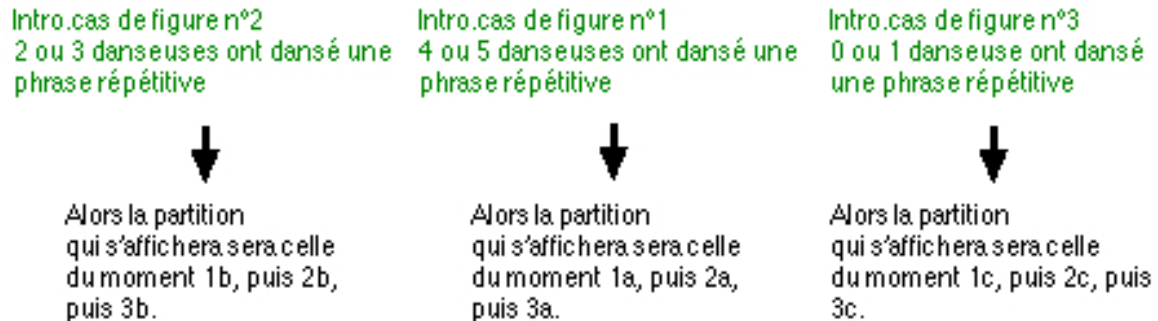
Pour certains projets (« Contraindre », « This is my house »), les partitions intègrent au sein de l'écriture, des dispositifs (informatisés) de perturbation et re-génération en temps réel, de la composition pré-écrite : le programme gère l'ensemble de la partition (les actions, la composition et ses règles), il génère des millions de possibilités de déroulements. Le dispositif informatique, au centre des relations d'espace et de temps, permet au fur et à mesure de l'avancement de la pièce, la structuration de contextes inédits.

Les interprètes pilotent, via des systèmes de captation, et de façon plus ou moins consciente, les processus de modification de la partition chorégraphique : ils en sont organiquement, car le résultat des analyses échappe bien souvent à leur volonté, mais nullement à leurs intuitions, les co-auteurs.

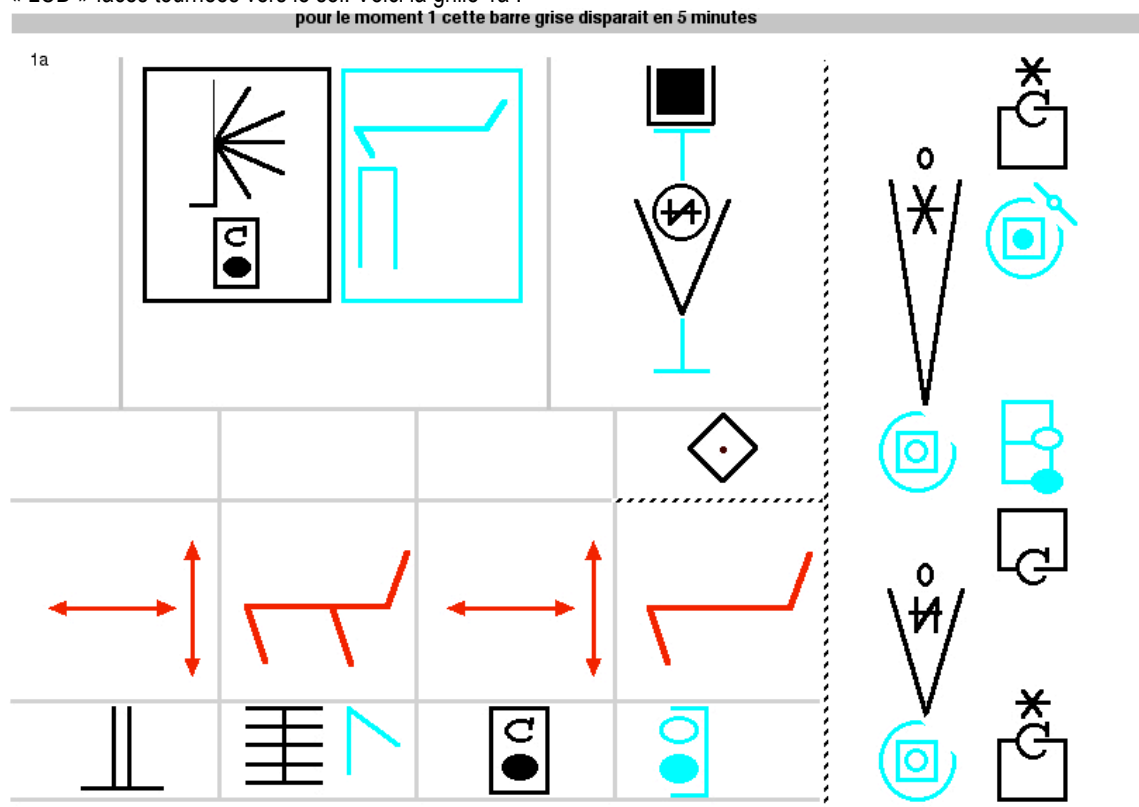
a- un exemple issu de la partition de « This is my house ».

Avant d'entrer en scène, chaque danseuse choisit une partition comportant une série d'indications. Elle peut effectuer les indications, en proposant pour chaque reprise des actions différentes, dans ce cas, les modulations de la danse ne permettent pas au programme informatique de reconnaître un cycle ; ou bien elle peut à chaque reprise répéter les mêmes actions, ainsi le cycle sera lisible par le programme.

Voici un exemple des règles enregistrées dans le programme pour le début :



L'introduction dansée, proposée par les danseuses, est à l'origine, de la première partition, qui s'affiche sur 10 écrans « LCD » faces tournées vers le sol. Voici la grille 1a :



Imaginons, que les cinq danseuses, qui sont munies de capteurs, interprètent cette partition 1a pendant cinq minutes. À partir des informations captées, et en fonction de règles prédéterminées, l'ordinateur fera des choix pour la partition du « moment 2a ».

POUR 2a
capteurs de respiration

R-Cas de figure n°1

le signe ci dessous est à mettre dans la **case 3**.



R-Cas de figure n°2

le signe ci dessous est à mettre dans la **case 3**. en remplaçant les "X" par les initiales de chaque danseuse



R-Cas de figure n°3

le signe ci dessous est à mettre dans la **case 3**. en remplaçant les "X" par les initiales de chaque danseuse



les initiales possibles sont : **A D J M V**

Les signes ci-dessus (indiquant un déplacement du groupe ou de certaines personnes du groupe) sont induits, par l'analyse des informations recueillies, par les capteurs de respiration. Voici les règles qui régissent l'analyse :

A-Si le moment qui a été dansé est le moment 1a:

1- Pendant le moment "1a", le programme analyse la synchronisation de la respiration des 5 danseuses, sur 5 minutes: cela influera pour la partition du moment "2a" sur la notion de DISTANCE. Voir la partition pour l'incidence sur l'affichage

R-Cas de figure n°1: les 5 danseuses ont été très en phase c'est-à-dire que pour la respiration les danseuses ont été en phase 4 fois et plus (à vérifier en répétition)

R-Cas de figure n°2: les 5 danseuses ont été en phase pour la respiration entre 1 fois et 3 fois (à vérifier en répétition). ici le programme doit également noter s'il y a eu 4 danseuses ensemble combien de fois et lesquelles, ou 3 danseuses ensemble... ou deux danseuses ensemble...

R-Cas de figure n°3: les 5 danseuses n'ont jamais été toutes en phase pour la respiration. Le programme doit cependant noter s'il y a eu 3 danseuses ensemble combien de fois et lesquelles, ou 2 danseuses ensemble...

↓
alors pour la distance du moment "2a": toutes les danseuses se rapprochent .

↓
alors pour le moment "2a": les 4 danseuses ayant le plus souvent été en phase se rapprochent . DONNER LEURS NOMS.
Ou les 3 danseuses ayant été le plus souvent en phase se rapprochent et un tirage au sort s'effectue entre les deux danseuses restantes. De façon à ce que 4 danseuses se rapprochent.
Ou les 2 danseuses ayant été le plus souvent ensemble se rapprochent et un tirage au sort en choisit 2 parmi les 3 restantes afin que 4 danseuses se rapprochent.
Ou un tirage au sort en choisit 4.

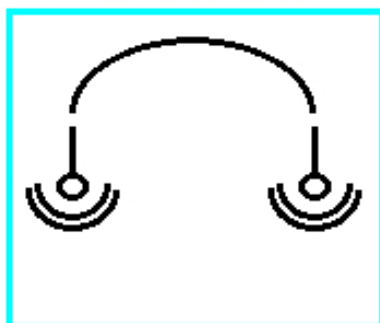
↓
alors pour le moment "2a": les 3 danseuses ayant le plus souvent été en phase se rapprochent .
Ou les 2 danseuses ayant été le plus souvent en phase se rapprochent et un tirage au sort s'effectue entre les 3 danseuses restantes. De façon à ce que 3 danseuses se rapprochent.
Ou un tirage au sort en choisit 3.
DONNER LEURS NOMS

l'analyse opérée invite certaines danseuses à se rapprocher, les signes de déplacement du groupe influenceront alors sur différentes figures de contact, l'harmonisation du souffle invitant à la proximité.

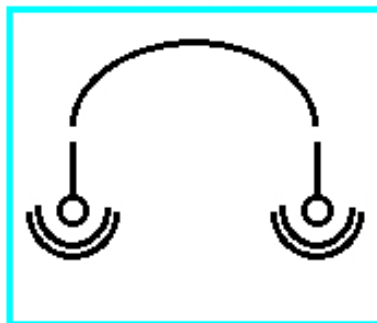
POUR 2a

La distance va induire "la contrainte", une indication de contact entre les danseurs à remplir **CASE 2**

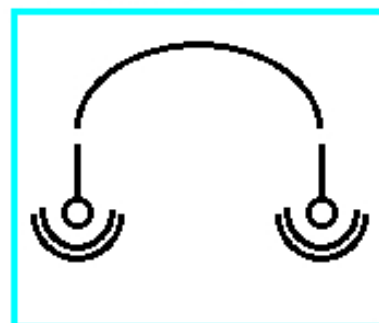
Si R-Cas de figure n°1



Si R-Cas de figure n°2



Si R-Cas de figure n°3



X X X X

X X X

Remplacer les "X" par les initiales des danseuses concernées

les initiales possibles sont : **A D J M V**

Les capteurs gyroscopes, situés sur la tête des danseuses, viendront – eux – influencer l'ordre des actions dans le temps. Voici les signes, auxquels ils sont corrélés. Ce sont des lignes « en pointillés », qui libèrent l'ordre chronologique de deux actions : si entre deux actions, le trait est gris, l'interprète doit effectuer l'action de gauche puis celle de droite, si le trait est « en pointillés », il peut choisir l'ordre dans lequel il dansera les deux actions.

POUR 2a
capteurs gyroscopes



Et voici les règles :

2- Pendant le moment "1a", le programme analyse la synchronisation des capteurs gyroscopes des 5 danseuses, sur 5 minutes: cela influera pour la partition "2a" sur la CHRONOLOGIE des évènements.

G-Cas de figure n°1: les 5 danseuses ont été très en phase.
C'est-à-dire que les gyroscopes des 5 danseuses ont été en phase 4 fois et plus (à vérifier en répétition)

G-Cas de figure n°2: les gyroscopes des 5 danseuses ont été en phase entre 1 fois et 3 fois (à vérifier en répétition).

G-Cas de figure n°3: les gyroscopes des 5 danseuses n'ont jamais été en phase.

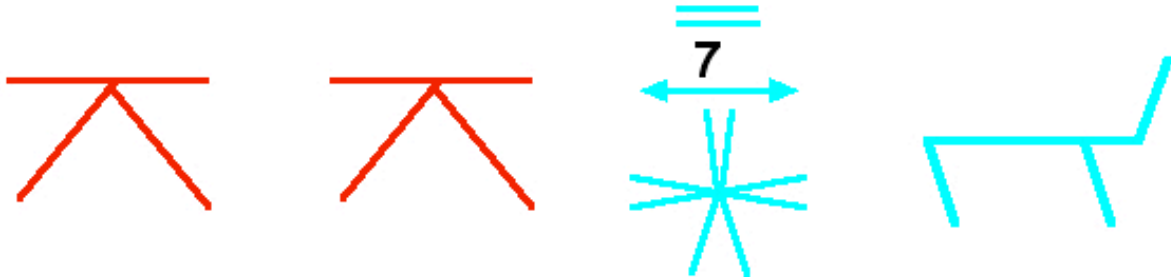
NB : Le capteur Gyroscope permet de suivre les déplacements de la tête dans l'espace. C'est une sorte de petite boussole. Nous (Rémy Müller, assistant à l'IRCAM, et moi-même) avons décidé d'analyser la résonance des courbes de déplacements des têtes, il s'agit de comparer leurs vitesses, et non l'endroit où elles se trouvent, car j'ai trouvé peu pertinent le fait de savoir si les danseuses avaient ou non la même direction de tête au même moment. Être ensemble pour cet exemple, c'est se prolonger l'une vers l'autre par la tête à une vitesse similaire, si l'une à la tête vers le bas et l'autre vers le haut, cela n'a aucune importance.

D'ailleurs d'une façon plus général, être « ensemble » pour cette pièce signifie toujours être en résonance « avec », et non effectuer dans un même temps une série de mouvements identiques.

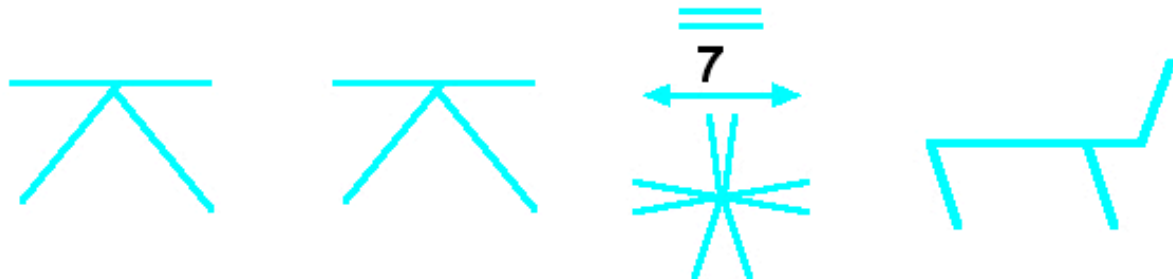
Les signes ci-dessous sont reliés à l'analyse des informations émises par les capteurs de hanches. Uniquement trois danseuses sur cinq en sont équipées (deux à la hanche gauche, la troisième à la droite). Ce sont des signes de gestes (enroulement, changement de direction, appui), qui sont déclinés dans différentes couleurs : en rouge le geste doit s'effectuer plusieurs fois, en bleu, l'interprète choisit d'effectuer le geste une ou plusieurs fois, en noir, il est contraint de l'effectuer une fois seulement.

POUR 2a
capteurs de flexion de Hanche

F-Cas de figure n°1 les signes de "classes de mouvements" dans les cases **8,9,10 et 11** deviennent rouges ou bleus



F-Cas de figure n°2 les signes de "classes de mouvements" dans les cases **8,9,10 et 11** deviennent bleus



F-Cas de figure n°3 **rien**

Les règles pour les mouvements de hanche sont les suivantes :

3- Pendant le moment "**1a**", le programme analyse sur 5 minutes, la synchronisation des capteurs en fibre optique de l'articulation des hanches, des 3 danseuses qui en sont équipées: cela influera pour la partition "2a" sur le caractère REPETITIF des actions.

F-Cas de figure n°1: les capteurs de hanche des 3 danseuses ont été en phase 4 fois et plus (à vérifier en répétition)

F-Cas de figure n°2: les capteurs de hanche des 3 danseuses ont été en phase entre 1 fois et 3 fois (à vérifier en répétition).

F-Cas de figure n°3: les capteurs de hanche des 3 danseuses n'ont jamais été en phase.

NB :

Pour la pièce « This is my house », les différents principes, qui régissent la formalisation en temps réel de l'ensemble de la partition chorégraphique, à partir des données captées sont les suivants :

- Cyclicité du mouvement de chaque danseuse pour l'introduction
- Synchronie entre les danseuses (respiration, hanches, épaules, coudes, chevilles, têtes)
- Recherche de la famille de capteurs la plus synchrone
- Evaluation de l'activité (énergie du mouvement pour les capteurs de hanches, épaules, coudes, chevilles)
- Reconnaissance de phrase

Voici la grille 2a telle qu'elle se présente initialement. Elle est incomplète : des éléments manquent, d'autres pourraient être modifiés (changement de couleur des signes de geste).

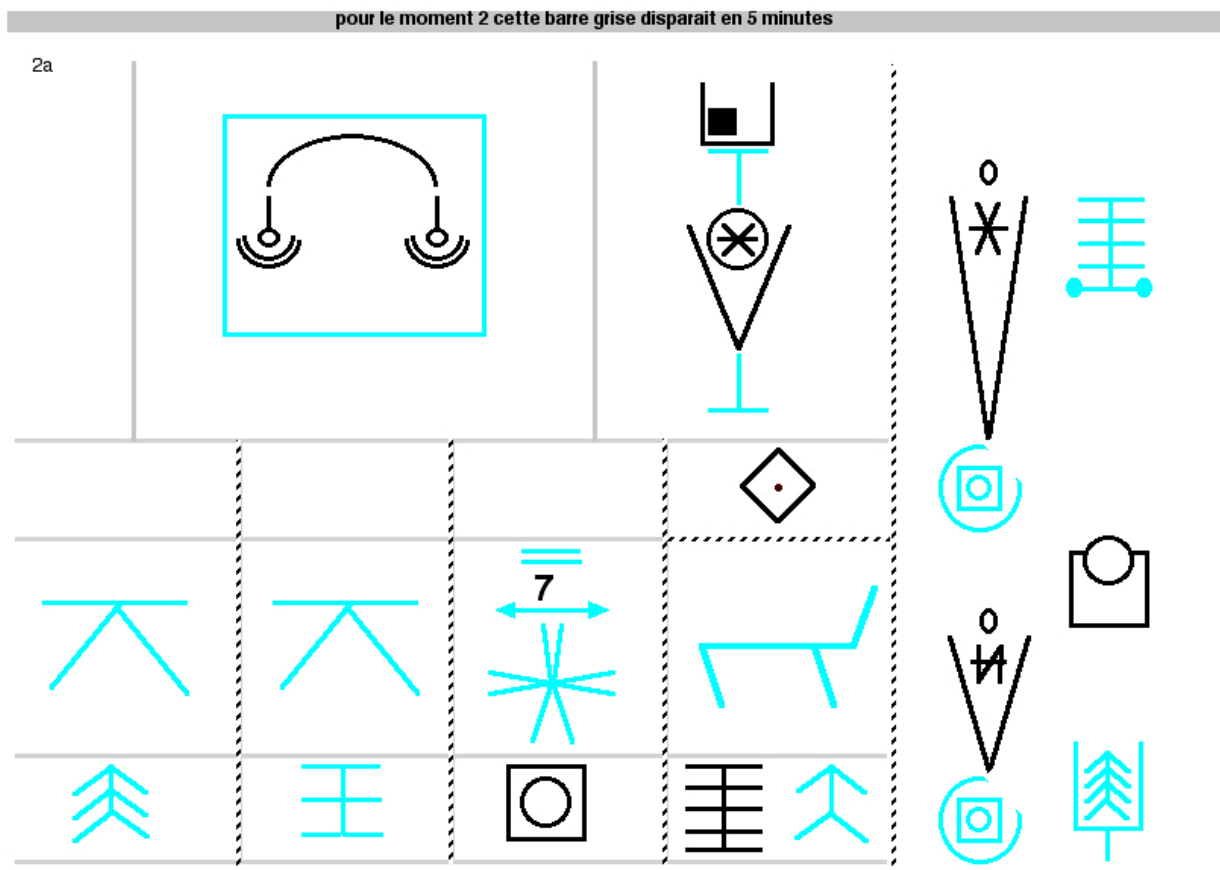
pour le moment 2 cette barre grise disparaît en 5 minutes

2a

Après analyse des cinq minutes de danse du moment 1a par le programme – via le système de captation –, admettons les résultats suivants :

- Respiration : cas de figure 1, donc contact figure 1
- Gyroscope : cas de figure 3
- Capteurs de hanche : cas de figure 2

La partition initiale 2a sera donc complétée et modifiée, selon les règles qui la régissent, en fonction de ce qui s'est passé sur le plateau durant le moment 1a. La partition 2a qui s'affichera, pour notre exemple, sera la suivante :



La composition de « This is my house » est structurée selon une arborescence faite de trois troncs : le premier (a) est ordonné, le second (b) un peu désordonné, le troisième (c) extrêmement désordonné. Chaque tronc est composé de 8 grilles, qui se remplissent selon les modalités qui leur sont propres. Il faut ajouter, qu'en fonction des données captées, le programme appelle une grille appartenant à l'un ou l'autre des troncs. Ainsi, en spectacle une suite de 8 grilles, issues de a et/ou de b et/ou de c, est dansée.

b- lire et danser

Les grilles qui s'affichent en proposant, aux danseurs, différentes focales, ainsi que la contrainte générale de l'extrême lenteur, viennent provoquer une danse tendue entre anticipation mentale et conscience physique.

La partition conduit l'interprète à inventer des prolongements, de l'espace de son propre corps, vers ce qui l'environne (l'air, le sol, les murs, les supports, les objets, les corps des autres danseurs). Elle stimule tout un jeu de déplacements, en l'invitant à concevoir des formes et des volumes, en lui et hors de lui, qu'il sillonne, déplace, modèle, pousse, ou élargie.

L'attention du danseur est partagée entre : la visée d'un espace imaginaire induite par la partition, et la conscience de la délicatesse du passage entre action passée et action présente.

Il doit anticiper et incarner, se tendre et se relâcher. Il est au cœur de ces oppositions, qui sont sources d'une forme de dramaturgie s'inscrivant dans la réalité de sa personne : il laisse surgir ses créatures étranges, mi-

hommes, mi-femmes, mi-animaux, il les accompagne avec le souffle, les regarde s'approcher ou s'éloigner, dans un face à face avec lui-même.

Plus cette tension entre anticipation et incarnation s'installe, comme un élargissement de la conscience, plus il trouve les dénouements : le déroulement des actions s'organise comme une suite d'évidences, car l'exigence de la situation le conduit au « lâché prise ».

Ainsi, la partition chorégraphique, en organisant la multiplicité des focales, suscite l'anticipation de l'interprétation, les techniques de souffle à la base du travail physique permettent d'incarner les données de la composition, la danse s'effectue dans l'intimité du corps et de la pensée.

Myriam Gourfink, août 2008

Bibliographie :

Roger Clerc
Manuel de yoga
La pratique du yoga de l'énergie
Editeur : Le Courrier du Livre

Revue n° 82 bis, juin 2000
Yoga énergie
Editeur: Shanti Cercle de Yoga

Atlas de poche d'Anatomie
Werner Platzer
Appareil locomoteur
Editeur : Flammarion (médecine – sciences)

L'Anatomie à colorier
Wynn Kapit / Lawrence M. Elson
Traduction Serge Perelman et André Collet
Editeurs : Edisem - Maloine

Dictionnaire de Cinétographie Laban (Labanotation)
Par Albrecht Knust
Traduction : Jacqueline Challet-Haas
Editeur : CNEM (Centre National d'écriture du Mouvement)

Your Move
A new approach to the study of Movement and Dance
Ann Hutchinson Guest
Gordon and Breach Publishers

La Symbolisation du Mouvement Dansé (S.M.D)
Jacqueline Challet-Haas
Editeur : CNEM (Centre National d'écriture du Mouvement)

Remerciements à Marianne Baillot et Clémence Coconnier.