

Le corps vibrant

La question du corps vibrant surgit directement du questionnement de ce que c'était que d'improviser. Je voudrais approfondir ici l'entrée par le corps, qui va directement au vif du sujet, même s'il me plaît de m'attarder sur la pratique spirituelle de l'improvisation (atteindre un état d'actualité, dans lequel le corps fait et l'esprit paisible s'observe faisant et méditant).

Il s'agit de constater que notre corps est vivant, vibrant, et ce à l'écoute de notre volonté. Je propose d'imaginer des exercices qui captent cette vie et cette vibration, puis qui lui permettent de s'épanouir, d'irradier et de toujours occuper davantage d'espace (question subsidiaire : quelle sensation peut-on développer quant au rayonnement de cette vibration).

Chaque approche du corps a ses spécificités : l'approche cellulaire du body-mind centering part de la métaphore du réseau vivant des cellules et de la dynamique vivante des fluides (je viens de préciser les deux lacunes dans mon ignorance du BMC) ; l'approche textile de la fasciathérapie introduit l'altérité des fascias, vivants tout en étant lieux d'un sa avec lequel le moi et le toi peuvent développer un dialogue prometteur de vertiges et de douceur.

Je voudrais donc que nous témoignions chacun, chacune d'approches du corps et que nous imaginions des exercices qui permettent de les mettre en pratique.

Compte rendu sur le corps vibrant.

Ce cours aussi a commencé par un long temps consacré à la clarification de la forme de l'improvisation à laquelle il se consacre, ainsi qu'aux rapports que l'improvisation peut établir avec le son. Il a d'abord été question de création, d'un rapport créatif à la musique, c'est-à-dire un rapport d'altérité plutôt que d'inscription, d'expression, d'interprétation (ce rapport d'altérité est bien plus facile avec une musique qui se dépatite de rythme et de mélodie, il est bien plus juste avec la musique vivante). Il s'agit donc d'un rapport qui se construit et se cherche dans lequel il me paraît important de garder son autonomie, sa qualité d'interlocuteur avec son identité propre. Puis il a été question de la variété des pratiques d'improvisation et j'ai essayé de distinguer des pratiques subjectives (qui visent à exprimer une intériorité) et des pratiques objectives (qui visent à rejoindre un lieu où se manifeste le geste et son inscription dans l'espace autant que tels, en deçà ou au-delà d'une opposition signifié-signifiant).

L'objet de ce cours est de réfléchir à des chemins directs pour atteindre ce lieu d'objectivité, c'est-à-dire des chemins qui ne passent pas par une démarche intellectuelle ou spirituelle : ces chemins seraient ceux d'une approche de nos corps comme mus par une dynamique propre qu'on peut écouter, à laquelle on peut s'adresser. Nous avons évoqué quelques pistes : la respiration, le rythme cardiaque accompagné du pouls. Il est plus facile de travailler le premier par des pratiques du souffle que le second. La notion d'un corps vibrant nous a aussi projetés vers la métaphore de l'improvisation comme surface aquatique mue par les ondes concentriques engendrées par des événements singuliers (image du poillon

qui saute hors de l'eau pour gober une mouche et y retourner). En travaillant à partir de ces ondes, on s'écarte un peu d'une danse des événements et on se rapproche d'une danse délocalisée dans l'espace et le temps par le voyage des répercussions de chaque geste.

À la recherche d'exercices qui vont au devant du corps et de sa qualité d'un "sa", nous avons fait un seul exercice très long : pendant un quart d'heure, se secouer ensemble selon un rythme commun, de sorte à faire participer le corps entier à cette mise en vibration, en proposant toujours davantage dans la participation de chaque partie du corps selon sa dynamique propre, la mâchoire, les yeux, les viscères, les articulations, les bras. À l'issue du quart d'heure, observer la vibration résistante et lui accorder toute la liberté pour vivre sovie, minérale, organique (animale ou végétale) à toute échelle où elle est active. Le vécu de ce processus a été très divers : chez certains, la vibration est devenue autonome dès la première minute et la suite n'a été qu'une expression de son mode d'existence perméable à l'énergie du groupe ; chez d'autres, il y a eu transformation de la vibration en un "sa" qu'on explore avec grande curiosité, dans une certaine mesure fidèle à la forme périodique initiale, dans une autre fécondée en états de corps auxquels on accorde une qualité d'objectivité partageable.