Forum

CRÉER LES CONDITIONS DE SA SANTÉ

11 au 13 février 2022
au centre chorégraphique
national de Caen en Normandie

rencontres
tables rondes
ateliers de pratique
conférences
projections

en présence de philosophes, médecins,
chercheur·euses, chorégraphes, artistes, écrivain·es...

CENTRE
CHORÉGRAPHIQUE
NATIONAL DE CAEN
EN NORMANDIE

CN D
Centre national de la danse

ccncn.eu · cnd.fr

Étudier la façon dont nous percevons le monde qui nous entoure, est longtemps revenu à questionner la mémoire, la logique et l'apprentissage. Aujourd'hui, on tient aussi compte de l'affect, des émotions, de l'éthique et de l'instinct pour rendre compte de notre expérience sensible, de notre rapport au monde.

Le corps dansant se trouve au carrefour de ces questions posées par la cognition.

Parce qu'elle peut prendre des formes très différentes et qu'elle est aussi un point de vue sur le monde, la danse contribue à la construction de la personne et à sa santé physique, mentale et sociale. Elle sera le point d'entrée de ces trois journées de partage, qui réunissent des invité·es d'horizons variés, chorégraphes, scientifiques, universitaires et médecins.

Pensé pour s'adresser à tous.tes, le programme propose des rencontres de différents formats :

- Des ateliers pour expérimenter et éprouver
- Des lectures-démonstrations pour comprendre
- Des tables rondes pour échanger et confronter les disciplines

Chaque temps permettra de tisser des liens entre des spécialistes, des praticien·nes et le grand public.

Au cœur de ces échanges, cette question qui n'a sans doute jamais été aussi essentielle : comment créer les conditions de sa propre santé ? Si la pensée médicale invite à suivre des protocoles, nous pouvons aussi inverser le regard et replacer le patient au cœur du processus. Nous pouvons être les acteur·rices de notre propre santé, trouver des stratégies d'apprentissage et de prévention. La danse en est une. Nous pouvons observer la transformation de notre propre corps. Sa plasticité est plus grande que nous ne l'imaginons et nos potentialités plus importantes.

Ces trois journées proposent d'orienter différemment le regard et de croiser les points de vue sur cette question. Leur objectif : créer les conditions favorables où pourront s'éveiller les potentialités oubliées de chacun.
Ou comment envisager la puissance de la danse et du mouvement comme processus d'adaptation au monde et de réhabilitation des patient·es. Comment traverser en mouvement notre existence ?

Vincent Théval

À l'écoute de chaque geste.
Trois journées au centre chorégraphique national de Caen en Normandie.

par Agathe Dumont

Une grande salle de spectacle, un studio de danse, un foyer, lieu de passage et d'échanges. Un espace aux multiples angles et recoins où s'est construit pendant près de trois jours un dialogue perpétuel réunissant savoirs et savoirs-faire autour de l'enjeu de la santé. Une communauté de danseur·euses et de non danseur·euses qui a pris le temps de réfléchir à la problématique ô combien complexe du soin mais qui, pourtant, bruit dans l'expérience intime de chacun·e. Ce texte cherche à rendre compte de ma traversée de cet espace. J'ai écouté, discuté, pratiqué, noté beaucoup de choses, dessiné, pour tenter de garder une trace à la fois tangible et sensible de ce qui a été dit et éprouvé.

Le temps d'un week-end, il faut imaginer le centre chorégraphique national de Caen en Normandie comme un laboratoire d'expérimentations en tous genres où s'échangent connaissances sensibles, empiriques, scientifiques et où se partagent de manière horizontale et sans chercher à les hiérarchiser expériences de danseur·euses et praticien·nes du mouvement, de professionel·les de la santé et du soin, de penseur·euses du corps, de chercheur·euses. Des mondes parfois séparés réunis ici pour tenter de créer les conditions de « sa » santé et interroger la place du corps, des corps (le sien, celui de l'autre), faisant le récit de leurs pratiques ou dialoguant les uns avec les autres au cours de quatre tables-rondes. On pourrait dire que l'on a cherché, pendant trois jours, à rester éveillés au monde, à l'écoute des sensations et des perceptions, à ce qui se passe dans le corps lorsqu'on choisit de le mettre en mouvement physiquement ou par la pensée. Un état d'éveil peut-être propre à la danse, lorsqu'on la pratique en pleine conscience, dans un souci de transformation, de préservation, d'adaptation. La danse, un médium parmi d'autres, partagé comme un outil, une force, un soutien, au cours de ce forum. Car, finalement, c'est bien d'appuis dont il a été question. Trouver des appuis pour tenir face à des problématiques de santé, trouver des appuis pour réinventer sa pratique, trouver l'appui des autres pour travailler, créer, inventer de nouvelles formes et, enfin, découvrir des appuis intérieurs pour mieux s'ériger et avancer au quotidien. Parfois, simplement rendre visible ou perceptible ce qui était déjà là.

Pour certain·es présent·es la danse a été une compagnonne de route tantôt intermittente tantôt motrice d'une existence. Pour d'autres, elle a été un détour. Iels sont « tombé·es » sur la danse, comme le déclencheur d'un autre rapport au monde. Parfois, il n'a pas été question de danse et c'est tant mieux, mais elle résonnait en permanence à travers les murs et les mots des un·es et des autres.
Alors, que faisaient-ils·elles, tous ces gens, assis là ou debout à bouger, dans ce centre chorégraphique national ? Ce qui les réunit est sans doute leur sens du détail, de l'infiniment petit qui révèle beaucoup. Chercheur·es comme artistes, médecins comme pédagogues, on pourrait dire que tout·es sont passé·es par des chemins de traverse pour construire leur pratique et interroger la question de la santé. Tout·es sont encore en chemin et aucun·es n'impose son dogme. Ainsi, si on écoute ce petit monde dialoguer ce week-end de février 2022 au centre chorégraphique national de Caen en Normandie, on peut entendre de la poésie dans un service de soin palliatifs, de la danse qui traverse un corps qui ne bouge plus, d'autres réalités que celles que l'on voit, des routines racontées, partagées, répétées, un dialogue entre le cerveau et la musique, des neurosciences pour comprendre le geste, la multiplicité des temps que nous éprouvons, la différence entre réel et réalité, l'indéterminé. Quel que soit l'enjeu qui a été discuté, l'approche est phénoménologique. C'est sans doute parce que chacun·e parle à partir de l'expérience de son corps qu'elle est partageable. Même lorsque ces expériences ont eu lieu dans des espaces *a priori* très séparés et non régis par les mêmes règles, des liens se créent. Car l'expérience du corps ou la lecture du monde à travers le corps tend à effacer ces normes ; chaque strate d'incorporation est porteuse de savoirs implicites ou explicites nés de notre rapport à la maladie, à la douleur, mais aussi ancré dans les transformations du corps, la rencontre d'autrui, d'une pratique physique ou mentale. Cet espace que nous avons partagé est aussi devenu espace d'apprentissage. Non pas pour en partir, rassuré·e, avec des connaissances stables et définitives mais plutôt pour y éprouver l'instabilité des savoirs et la sensation que mêler pratique et

pensée permet d'envisager des liens subtils qui subsistent plus longtemps qu'une quelconque parole d'autorité. Sentir que ce qui a été entendu ou éprouvé au cours du forum prend du temps pour se sédimenter, que des connexions se feront sans doute plus tard et l'accepter ainsi. Chercher à comprendre ce qu'il s'est passé au présent, en interroger les effets et notre capacité d'être ouverts, plastiques, au changement.

Le forum est donc une invitation à décaler son regard et à avancer sans forcément connaître son point d'arrivée. Ce texte poursuit cette dynamique en proposant un parcours subjectif et singulier dans les différentes dimensions de ce forum. Il est complexe de rendre compte de l'ensemble de ce qui s'est passé et une part d'irracontable ou d'indescriptible subsiste. Cet écrit ne rend donc compte que d'une partie de l'expérience. Des ressources vidéographiques de l'ensemble du forum sont d'ailleurs disponibles pour voir ou revoir chaque intervention[1]. Pour écrire ce texte, je navigue donc entre propos entendus, sensations, observations et regarde toute cette matière avec mes yeux de chercheuse tout en l'écrivant avec mon corps de danseuse. Les questions transversales qui ont rythmé le forum ne me sont pas inconnues. Je les fréquente dans mes recherches sur la santé et le soin dans les pratiques quotidiennes des artistes, dans mon enseignement, dans mes pratiques. Je tente donc, moi aussi, de faire un pas de côté pour penser plus globalement cette question de la santé et pour faire résonner mes propres savoirs et savoir-faire avec ceux partagés à Caen. J'ai choisi cinq verbes d'action pour initier l'écriture, issus des propos des intervenant·es et réunir plusieurs des approches. Un verbe d'action comme une invitation à agir, à être dans un processus, dans le mouvement. J'ai également glané plusieurs thèmes au cours du forum dont il sera question ici : le rapport entre soi, les autres et le corps collectif, le corps critique, le corps douloureux, l'écoute et l'intuition, la présence et l'imagination, les gestes ritualisés, les gestes singuliers, l'économie du geste, le geste de prévention, le geste d'observation, l'autonomie, les marges, le rapport au temps et au rythme.

Ces mots, idées, actions m'ont parfois fait penser à des auteur·trices que je fréquente depuis longtemps, j'ai tenté de faire des liens et de regarder ce que je connais déjà d'une autre manière. Ce texte est donc aussi la rencontre de ce qui s'est dit dans ce forum avec d'autres pensées et pratiques qui y font écho.

***

[1] https://vimeo.com/showcase/9332825

S'INSTALLER

Lorsque Catherine Contour commence son atelier « L'outil hypnotique pour la création - Danser brut / Danser sa vie », elle propose aux participant·es de choisir leur espace. Chacun·e est ainsi invité·e à prendre une chaise et à prendre le temps de trouver le lieu où il·elle a envie d'être pour cette pratique. Ne pas forcément savoir pourquoi on l'adopte mais s'y sentir disponible à. Le rapport à cet espace choisi définit les conditions de l'expérience et rend possible quelque chose. Ici, il s'agit de se laisser porter par des consignes verbales, de naviguer entre sensation et imagination et d'entrevoir cette frontière si fine entre intention et volonté. Être là, donc. La pratique de Catherine Contour repose sur son apprentissage de l'hypnose Ericksonienne devenue pour elle tant une manière d'être dans la création (et au-delà) qu'un principe de création. Rien de spectaculaire ici, simplement être quelque part et percevoir des espaces imaginaires. L'atelier a lieu le matin. On commence par la pratique. Ce qu'on installe ici va nous accompagner toute la journée : un petit lieu utopique dans lequel se sentir bien. Même si chacun·e se construit un abri intime, la pratique de Catherine Contour n'invite pas au repli. Au contraire, elle propose de s'installer pour être au présent·e au monde. Choisir son espace pour choisir sa relation aux autres, sa perspective. Trouver une forme de liberté et de subjectivité dans un espace qui est déjà déterminé : nous sommes dans une salle de spectacle, plateau nu, tapis de danse noir, pendrillons. Déterminé, certes, mais pas enfermant. Comment, finalement, permettre à chacun·e de s'installer dans l'espace, quel qu'il soit ? Comment permettre à chaque personne présente de développer « une conscience alerte de l'espace »[2]. L'espace du soin, l'espace de l'échange. La veille de cet atelier, j'ai écouté la docteure Michèle Lévy-Soussan évoquer les espaces de l'hôpital, si marqué par ses codes et ses usages qu'il permet peu, finalement, de s'installer. Un espace « autre », une hétérotopie dirait Michel Foucault.

[2] Ushio Amagatsu, *Dialogue avec la gravité*, Actes Sud Papiers, 2000, p. 29.

« Il y a d'abord les utopies. Les utopies, ce sont les emplacements sans lieu réel. Ce sont les emplacements qui entretiennent avec l'espace réel de la société un rapport général d'analogie directe ou inversée. Il y a également, et ceci probablement dans toute culture, dans toute civilisation, des lieux réels, des lieux effectifs, des lieux qui ont dessinés dans l'institution même de la société, et qui sont des sortes de contre-emplacements …] des sortes de lieux qui sont hors de tous les lieux, bien que pourtant ils soient effectivement localisables. [….] Ces lieux […], je les appellerai, par opposition aux utopies, les hétérotopies. »[3]

D'ailleurs, le texte que nous lira Michèle Lévy-Soussan au cours de sa conférence parle d'une hétérotopie : une petite salle d'un hôpital, hors lieux qu'il faut pourtant faire exister, dans lequel il faut s'installer. Le texte, écrit par un infirmier coordinateur hospitalier des prélèvements d'organes et des tissus, nous fait subitement entrer une sphère sensible, ouverte et poétique dans l'espace normé de l'hôpital. L'infirmier y raconte l'accueil des familles ayant perdu un proche dans le cadre des procédures de don d'organes. Chaque geste, chaque millimètre de l'espace devient vibrant. Peut-on réellement s'installer dans cet espace, nous dit le texte ? Comment créer les conditions pour rendre cela possible ? En lisant ce texte, Michèle Lévy-Soussan soulève la nécessité de repenser les lieux pour permettre au corps de s'y déployer différemment. Que cela soit dans l'immensité impersonnelle de l'hôpital ou dans le cabinet du psychothérapeute décrit par Férodja Hocini le lendemain, chaque geste de soin implique d'inventer, avec l'autre, la relation à l'espace. Les danseur·euses ne le font-ils·elles pas dès qu'ils·elles ouvrent la porte d'un studio vide ? Prendre l'espace, s'y allonger, s'y installer ; une routine que l'on fait sans même se poser la question. Et si l'on prenait justement un temps pour reconsidérer ce qu'est ce studio vide et qu'on s'arrêtait sur le seuil ? Noter mes habitudes, mes usages. Et si je change ma relation à l'espace, est-ce tout mon rapport au corps qui se modifie ?

En évoquant l'analyse fonctionnelle du corps dans le mouvement dansé (ou AFCMD), Martine Truong Tan Trung apporte des éléments de réponse. Sa présentation des théories de Francisco Varela permet de reposer l'idée d'un monde qui se transforme par notre perception et non l'inverse. Tout le rapport au corps, à l'espace, à la gravité travaillé en AFCMD rejoint cet enjeu. La manière dont chacun·e se placera dans l'espace, se tiendra debout, dans son « dialogue avec la gravité », détermine aussi son rapport au monde.

[3] Michel Foucault. *Des espaces autres* (1967), Hétérotopies. Dans Michel Foucault, *Dits et écrits,* conférence au Cercle d'études architecturales, 14 mars 1967, in *Architecture, Mouvement, Continuité*, n°5, octobre 1984, pp. 46-49.

Je me demande alors si j'ai prêté attention à la manière dont je suis entrée dans l'espace du studio le premier matin pour l'atelier de Claudia Damasio lorsque cette dernière nous a invité·es à « prendre l'espace » ? Ai-je réellement pris le temps d'appréhender le lieu dans lequel je me trouvais et dans lequel j'entrais pour la première fois ? Ai-je réellement choisi comment j'allais m'y investir ou ai-je suivi quelqu'un d'autre ou encore mes habitudes ? Chaque temps de pratique au cours de ce forum remet en jeu le fait de s'installer quelque part et de créer les conditions pour que quelque chose advienne. Non pas s'installer pour figer mais au contraire, construire l'espace pour enclencher une dynamique. Une posture de relation à l'espace que, dans sa *Brève histoire des lignes*, l'anthropologue Tim Ingold nous invite à repenser. Dans cet ouvrage, il évoque différents types de lignes qui organisent nos déplacements, nos actions. J'apprécie particulièrement la distinction qu'il fait entre la ligne « active » (empruntée au peintre et théoricien de l'art Paul Klee) et la ligne « pressée ». La première permet de se perdre dans l'espace pour mieux s'y retrouver, la seconde oblige à un trajet prédéfini :

> « Pour reprendre la célèbre formule de Klee, la ligne active, selon sa propre temporalité, est une ligne qui 'se promène librement et sans entrave (2005, p. 36)'. En la parcourant des yeux, on suit le même chemin que la main qui l'a dessinée. Mais il existe un autre type de ligne : la ligne pressée. Celle qui veut passer d'un endroit à un autre sans avoir beaucoup de temps pour le faire. Pour Klee cette ligne ressemble plus à un déplacement pour affaires qu'à une promenade. [....] Si la première nous entraîne dans un voyage qui n'a apparemment ni début ni fin, la seconde nous met en présence d'un ensemble interconnecté de destinations qui, comme sur une carte, peut-être perçu dans sa totalité et en une seule fois. »[4]

[4] Tim Ingold, *Une brève histoire des lignes* [2007], Zones Sensibles, 2011 pour l'édition française, p. 98.

Au cours du forum, chaque intervention nous invite à une modalité d'attention qui ne nous permet pas de tout percevoir « en totalité et en une seule fois ». Les table-ronde, en déployant plusieurs points de vue et en nous invitant à intervenir en tant que participant·es, nous entraînent encore plus loin dans cette promenade. Plus encore, on a la sensation de voyager sur cette ligne active en s'installant, de temps à autre, dans les différents espaces évoqués par les intervenant·es. Là, une chambre d'hôpital, ailleurs, le cabinet de la psychanalyste Férodja Hocini, un peu plus loin encore, le laboratoire de recherches en neurosciences du chercheur Hervé Platel… Comment trouver l'espace qu'on croyait disparu pour s'installer dans une autre réalité ? Je repense à un texte lu il y a quelques années dans l'ouvrage *Danse et Santé. Du corps intime au corps social*, publié au Québec. L'un des textes, écrit par Aurore Després, s'intitule « Entre-temps… Dans une chambre d'hôpital » et raconte la pratique de la danseuse Geneviève Pernin à l'hôpital de Lons-le-Saunier. Cette dernière proposait aux patients de venir danser dans leur chambre. Quelques mots de ce texte résonnent avec ce qui a pu être dit au cours de ce forum et vient donner une autre perspective à ce propos sur l'espace et le verbe s'installer. Comment la danse peut-elle installer une autre réalité dans les murs de l'hôpital, tout comme la poésie dans le propos de Michèle Lévy-Soussan ?

> « Comme dans un autre monde, dans l'espace de cette chambre apparaissait soudain le monde d'un corps, fût-il alité…. Son regard devenu dans l'instant très profond, sa chair qui résonnait du mouvement, qui ruminait de la musique, engorgé de réminiscences dansantes sur fond des souffrances présentes, un corps d'épreuve s'éprouvant. »[5]

Je note que, pendant ce forum, je me suis toujours installée au fond de la salle, à gauche. Peut-être pour parvenir à installer une sorte de distance, non pas critique, mais pour laisser apparaître ce que je ne connaissais pas et sentir cet espace en train de se créer.

ACCUEILLIR

Au cours de ce séjour à Caen, il a souvent été question d'accueillir l'autre. Comment créer les conditions de cet accueil ? Dès le premier matin, c'est Claudia Damasio qui propose un travail à deux. Après avoir commencé son atelier au sol, sur un tapis de yoga qui accueille le poids du corps, le geste se déploie ensuite trois dimensions : retrouver et suivre les lignes actives de Tim Ingold. Un espace qui rencontre celui de l'autre dans un travail en duo, puis en interactions avec le groupe. Ainsi, on rejoue sans cesse sa relation à l'environnement, passant de l'espace intime à l'espace social du partage. Être en lien, partager, se toucher. Autant d'actions qui, en temps de pandémie, ne sont plus si évidentes. Accueillir le corps de l'autre, sa peau, ses sécrétions, accepter l'altérité. Le travail s'articule autour d'un bâton que l'on tient à deux, dessinant des spirales et des cercles autour de nous et des autres. Fil entre deux corps différents qui partagent tout à coup la même corporéité dansante, notion que j'aime emprunter au philosophe de la danse Michel Bernard pour décrire l'ensemble des signaux qui constituent la « danséïté » du corps, c'est-à-dire ce qui le rend dansant, non seulement physiologiquement mais aussi et surtout dans son expressivité[6].
Cela prend du temps : accueillir le rythme de l'autre, incorporer les contours, les volumes de son enveloppe corporelle, ressentir la musicalité de ses gestes, comprendre son rapport à la gravité. Que l'on soit danseur·euse ou non, chacun·e peut plonger dans cette petite danse à deux qui s'ouvrira ensuite à tout le groupe. Ce temps suspendu de l'accueil est précieux. Dans ce jeu de bâtons, on pourrait voir une allégorie de la relation soignant·e-soigné·e évoquée par Michèle Lévy-Soussan ou par Férodja Hocini. La

---

[5] Aurore Després, s'intitule "Entre-temps… Dans une chambre d'hôpital, in Sylvie Fortin (dir.), *Danse et Santé. Du corps intime au corps social*, Presses de l'université du Québec à Montréal, 2008, p. 264.
[6] Michel Bernard, *Le* corps, Paris, Éditions universitaires, 1972.

confidence, qui peine parfois à se tisser et qui peut se traduire par de simples gestes. Comment inviter, tendre la main, toucher ? Une confiance dans l'autre qui commence parfois par une confiance en soi même, en sa capacité d'accepter et d'accueillir les transformations du corps ; espérance aussi dans le corps médical et paramédical pour certain·es patient·es. Dans les études sur les gestes de soin, on sait que la « santé » peut parfois être perçue comme un système qui imposerait des normes ou de façons de faire, un espace tout sauf accueillant[7]. En anthropologie de la santé, on trouve nombre d'écrits explorant la notion de « refus de soin ». Refus d'accueillir le geste du·de la soignant·e entravant le projet social de garantir de l'effectivité du droit à la santé pour tous·tes. Est-il possible alors de renouer avec un geste d'accueil pour permettre le soin lorsque l'on se sent éloigné des enjeux de santé ? La danse, le mouvement pourraient-ils offrir des réponses ?

Dans le mouvement, dansé ou autre, le corps se transforme, le geste s'éloigne du mouvement fonctionnel pour aller vers un mouvement expressif. C'est toute la richesse de l'analyse fonctionnelle du corps dans le mouvement dansé dont les enjeux et l'expérience est partagée au cours du forum par Martine Truong Tan Trung et Nathalie Schulmann, toutes deux praticiennes de cette discipline qui allie connaissances scientifiques, anatomiques et poétiques du corps pour mieux comprendre l'intention derrière chaque mouvement et trouver un geste plus efficace, non pas plus performant, mais plus économe, plus protecteur. Accueillir, le poids, accueillir le flux, la gravité comme le rappelle Hubert Godard, parmi les fondateur·trices de cette approche :

> « A l'orée de chaque posture, de chaque geste, se dessine en filigrane l'organisation psychocorporelle qui a fondé notre relation particulière à la *verticalité*, à la *gravité* ».[8]

Prévenir, guérir par le mouvement. Cette démarche, on la retrouve dans différentes pratiques somatiques qui permettent souvent une réappropriation du corps lésé et qui ont d'ailleurs souvent été fondées dans ce contexte (Alexander, Feldenkrais, Body Mind Centering, Rolfing pour n'en citer que quelques-unes). En écoutant les intervenant·es du forum, je repense plusieurs fois au livre de Mabel Todd, traduit en français sous le titre *Le corps* pensant. Un texte avant-gardiste publié en 1937 qui nous rappelle que l'émergence de la danse moderne est parallèle à l'ouverture d'un champ de pensée sur les liens entre le corps et l'esprit, sur la posture et les affects, les ajustements du corps aux sollicitations de son environnement qu'elles soient bio, psycho, sociales. Dès les premières pages, Mabel Todd l'écrit :

> « On s'assoit, on marche comme on pense. Il suffit de regarder quelqu'un se déplacer dans la rue pour pouvoir déterminer sa situation dans la vie. Avec de la pratique et un certain discernement, nous pouvons le situer socialement et économiquement et aurons une petite idée de sa conception de l'existence. Nous jugeons nos semblables à l'agencement et au mouvement de leur structure osseuse bien plus qu'on pourrait le croire. »[9]

---

[7] Caroline Desprès, « Significations du renoncement aux soins : une analyse anthropologique », *Sciences sociales et santé*, vol. 31, no. 2, 2013, pp. 71-96.
Antoine Rode,"L'émergence du non-recours aux soins des populations précaires : entre droit aux soins et devoirs de soins", *Lien social et Politiques,* n°61, 2009, pp. 149–158.

[8] Hubert Godard, « À propos des théories sur le mouvement », *Marsyas. Revue de pédagogie musicale et chorégraphique*, Paris, Cité de la Musique, n° 16, décembre 1990, dossier « Le corps qui pense », p. 19.

[9] Mabel Elsworth Todd, *Le corps pensant*, première édition 1937. Traduit de l'anglais par Élise Argaud et Denis Luccioni, Bruxelles, Contredanse, 2012, p. 39.

Accueillir, c'est aussi observer, comprendre ce qui se joue en-deçà des structures visibles. Au-delà des pratiques somatiques, penser aussi à la danse comme outil de prévention. Accueillir le geste dansé dans des espaces de soin, inscrire la danse pour tenir, au-delà de la douleur, pour retrouver un corps socialement, physiquement ou psychologiquement exclu. Annabelle Couillandre le défend ardemment. La littérature scientifique sur le sujet est encore minime mais ce champ d'exploration tend à se développer. À la danse, alors, d'accueillir aussi ces corps différents, non-expert·es, et d'être un espace d'interaction et de socialisation. Un projet que porte notamment l'axe « Danse pour la santé » de *l'international association for dance medicine and science* présenté par Annabelle Couillandre autour de danseur·euses, chercheur·euses et pédagogues comme Clare Guss-West ou Sylvie Fortin. C'est d'ailleurs cette dernière qui nous rappelle que « tout un chacun peut danser et avoir l'occasion de ressentir la richesse de sa présence distinctive dans un groupe. »[10]
Des idées, des outils partagés, donc, pour mieux créer les conditions d'un accueil. Tout comme le sol accueille le corps au début d'un cours ou d'un atelier de danse contemporaine. Le temps que le poids s'y dépose et avec lui, ses affects. Le groupe a bien été présent au cours du forum. Le programme s'efforce en effet de laisser une large place au dialogue avec la salle et aux discussions entre intervenant·es ce qui permet chaque fois d'entendre toutes les voix, de les combiner, de les mettre en regard, dans une démarche bienveillante envers l'autre.

[10] Interview avec Sylvie Fortin dans *Zenflo*, été 2021, en ligne : https://zenflo.org/mieux-vivre-grace-a-la-danse/?fbclid=IwARoFIoPAdB5aiatXpiz1hrm8aZMKDdXeWAPHqA7LXsX3RSVol2gTEvrVAgY
Voir sur le site d'e l'IADMS : https://iadms.org/resources/dance-for-health/

TRANSFORMER

Être singulier tout en existant dans le groupe, la communauté. Se laisser transformer par ce qui se passe, par les autres. Peut-être est-ce là l'un des autres enjeux de ce forum consacré à la santé. Transformer ses perceptions : du monde, du soin, de la danse… Comment se laisser porter pour développer une autre forme de conscience corporelle et d'attention ?
En parlant de plasticité cérébrale, Hervé Platel nous place au cœur de la réalité neurophysiologique de ces transformations. Tout à coup, je rentre dans cet espace étrange du cerveau humain, je prends les chemins sinueux de la mémoire. Entendre que l'écoute de la musique a des effets sur le cerveau, sa plasticité, mais aussi sur d'autres paramètres physiologiques comme la fréquence cardiaque ou la tension artérielle par exemple. Comprendre que la mélodie des notes comme celle du corps peut réparer, modifier ce qui a pu être lésé par un traumatisme ou un accident. Cela résonne avec *Final*[11], film noir et blanc réalisé en 1989 et projeté au cours de la soirée du vendredi. Ce court métrage met en scène Vaslav Nijinski, alors âgé et très malade, face au jeune Serge Lifar. Immobile, installé dans son fauteuil, incapable de se mouvoir, le chorégraphe regarde Lifar danser et écoute la musique. Soudainement, ces deux musicalités réunies ouvrent son espace, quelque chose se transforme, c'est infime mais c'est bien là. Le film est un avant-propos à ce que nous décrira le philosophe Éric Fiat, le lendemain, à propos de la souffrance.

Éric Fiat, Hervé Platel nous parlent en effet tous deux et de manière différente du corps douloureux, celui qui n'est pas « silencieux » et « sature notre attention ». Le neurophysicien nous évoque des patient·es atteint·es de stress post-traumatiques, de lésions cérébrales, ou de troubles mémoriels : reconstruire des chemins neuronaux pas l'écoute de la musique pour modifier quelque chose. Des liens se tissent. Implicitement, Hervé Platel et Eric Fiat viennent répondre à Anna Halprin. Dans *Dancing my cancer* (pièce de 1975), la chorégraphe américaine raconte son rapport à la maladie, inscrite dans son corps et la manière dont la danse lui a permis de l'accueillir autrement pour l'exorciser. L'extrait du documentaire de Jacqueline Caux *Out of Boundaries* réalisé en 2004 et projeté le premier soir raconte ces conflits. Le corps, terre d'accueil d'une maladie envahissante, contraint de lutter contre elle.
Transformer le rapport à la maladie mais aussi au malade, comme tente de le faire le service de soin palliatif dirigé par la docteure Michèle Levy-Soussan, valoriser les savoirs empiriques des patient·es, comprendre la douleur comme le raconte le philosophe Éric Fiat qui décrit le « passage d'un corps familier à un corps étrange » Ses propos résonnent avec l'ouvrage que l'anthropologue David Le Breton a consacré à l'expérience phénoménologique de la douleur. S'appuyant sur des témoignages, il évoque la manière dont la douleur physique vient transformer notre appréhension du monde.

> « La douleur est un voile qui aveugle le monde pour le tordre dans le seul sens de la perte de souveraineté. En ce qu'elle dure, elle s'immisce dans toutes les dimensions de l'existence de l'individu, de son passé lorsqu'il songe à lorsqu'il ne souffrait pas, aux premières apparitions de sa peine, de son présent puisque sa douleur l'ampute de mille actions autrefois à sa portée et dont il rêve, de son avenir car il ne sait s'il doit nourrir de projets dans l'état qui est le sien. »[12]

Penser le rapport au corps et à la santé dans le temps, avec ses passages, ses suspensions et ses métamorphoses semblent être l'une des dynamiques du forum. J'en ressens presque les effets dans mon propre corps. Comprendre les différents temps qui cohabitent, pour changer son rapport au réel et à la

---

[11] *Final*, 1989, noir et blanc, réalisation d'Irène Jouannet, interprétation de Philippe Anota, Véronique Silver, Alex Ursuliak.
[12] David Le Breton, *Tenir. Douleur chronique et réinvention de soi*, Paris, Métailié, coll. « Traversées », 2017, p. 145.

réalité comme le suggère la psychanalyste Férodja Hocini. On peut, dit-elle, être dans un rapport de maîtrise ou dans un rapport plus mouvant qui permet d'accueillir le réel de l'autre ou un autre réel, opposant une réalité objectivée scientifiquement et un réel qui n'est pas précisément situé dans le temps et l'espace, et par définition changeant. Pour créer les conditions de sa santé, ce forum nous a peut-être appris à prendre le temps d'appréhender le réel. Réel, réalité, que cela soit du point de vue de la neurophysiologie ou du point de vue de la psychanalyse, rien n'est acquis au royaume de nos perceptions. Accepter cette instabilité c'est aussi accepter que nos certitudes peuvent être transformées car notre cerveau nous trompe. Je songe en écoutant les un·es les autres parler à mes cours de neurophysiologie, sur le cerveau et je relis ce texte réjouissant et non moins scientifique écrit par Yvan Julliard à partir de son spectacle *Cerebrum le faiseur de réalités*. Il évoque une expérience dans laquelle, devant un damier noir et gris, si l'on place un objet, notre cerveau interprétera directement les cases dans l'ombre de l'objet comme plus sombres, même si le traitement de la couleur est inchangé :

> « Tout ce que nous apprenons quotidiennement conditionne la manière dont notre cerveau va fabriquer notre réalité et cela, la plupart du temps, sans que nous n'en ayons conscience ou que nous puissions avoir une prise sur cette fabrication. Parce que, même si vous savez maintenant que ces deux cases sont de la même couleur, vous ne pouvez empêcher votre cerveau de voir encore une légère nuance entre les deux, et peut-être même que certain·e·s parmi vous doutent que ces deux cases soient de la même couleur. »[13]

Dans beaucoup de conférences, d'ateliers, il est en fait question de plasticité cérébrale dont les projets de recherche d'Hervé Platel offrent une illustration concrète. On parle ainsi de sensation, que l'on peut définir comme la détection et acheminement d'une information sensorielle au système nerveux central (information afférente) et de perception que l'on décrit comme ce que devient l'information après traitement par le système nerveux central, une interprétation des messages sensoriels. C'est donc cette interprétation qui varie singulièrement d'un individu à l'autre. Le forum, vient, en soi, solliciter différemment nos capacités attentionnelles, neuro-musculaires, perceptives et activer notre système nerveux, ce fameux « pilote » de notre corps :

> « Le système nerveux constitue le pilote de notre moteur musculaire. Il mobilise ou bloque, en fonction du mouvement à exécuter, les diverses pièces du squelette, en déclenchant et dosant l'activité des effecteurs, grâce à la commande qu'il leur adresse. Il est capable de réguler le mouvement pendant son exécution, de tenir compte de la qualité de la performance en vue de le reproduire lors d'un essai ultérieur ou de le modifier pour en améliorer l'efficacité. » [14]

Pendant ce forum, chacun·e nous est invité·e à déplacer ses perceptions pour sortir, comme l'espère Ferodja Hocini, à sortir des identifications et des assignations. Trouver ce qui est possible. Non pas pour atteindre un objectif en soi mais plutôt pour incorporer tout ce qui peut advenir sur le chemin. Catherine Contour en parle aussi : trouver dans la posture hypnotique quelque chose qui « rend possible ». Que cela

---

[13] Yvain Juillard, *Cerebrum le faiseur de réalités*, Bruxelles, L'L éditions, coll. « Voies créatives »,2021, p. 67. D'après une recherche à L'L et le spectacle créé en 2015. Je pense également à une célèbre vidéo que l'on trouve aisément en ligne « Is your red the same as my red ? » parlant des informations afférentes au cerveau et leur interprétation singulières : https://www.youtube.com/watch?v=evQsOFQjuo8&ab_channel=Vsauce

[14] Jacques Paillard, « Le pilotage du moteur musculaire La contribution des neurosciences à l'étude des activités physiques et sportives », in. G. Azemar, H. Ripoll (dir.), *Eléments de Neurobiologie des comportements moteurs*, Éditions INSEP Paris, 1982, pp. 9-35.

soit pour le corps malade, l'esprit contraint, le·la danseur·euse blessé·e, la personne fatiguée, il s'agit de remettre au centre du jeu non plus la performance mais la notion de potentialisation pour faire mieux et plus longtemps. Continuer, que cela soit en danse ou dans tout autre activité, en prenant les transformations comme des élans. Dans les films projetés, on suit ainsi les évolutions motrices d'enfants en bas âges. De la naissance à la posture debout, à la marche[15]. Pour créer les conditions de sa santé, il faudrait donc, tranquillement, accepter de continuer sur ce chemin des transformations, tomber parfois, revenir, se redresser, repartir.

RALENTIR

Pour penser les espaces de la santé, il faut aussi en penser les temporalités. Les différents temps du soin au quotidien, de la création, du travail qui se croisent et parfois s'opposent. Comment s'adapter, reprendre, quels contextes offrent la possibilité de ralentir ? Dans son propos, Hervé Platel parle de « synchronie physiologique » en évoquant les différents rythmes (physiologiques, neurologiques) du corps. Inventer et se donner les moyens de réguler les flux pour trouver une forme d'équilibre. À travers différentes interventions, on comprend que le recours aux soins est souvent entravé par des conflits de temps entre des parcours soumis à des impératifs économiques, politiques, sociaux, culturels et le temps incompressible du soin. Aller voir un praticien de santé, récupérer, se rééduquer, comprendre est parfois perçu comme une perte de temps dans des sociétés productivistes. Culpabilité, aussi, de profiter des moments nécessaires au repos. Venir au forum, c'était aussi prendre ce temps, en apparence bien futile. Bien que la littérature scientifique démontre clairement que la fatigue physique et cognitive est responsable de nombreux états de mal-être, de pathologies, de blessures (en danse, entre autres exemples) on prend finalement peu le temps de s'arrêter. Si l'on s'attache à l'exemple du travail en danse, on peut noter plusieurs zones de tension : temporalité de la création *versus* temporalité du corps, temporalité du « prendre soin » et de la guérison *versus* temporalité du réseau, des tournées, des répétitions et enfin temporalité du travail artistique *versus* temporalité des dispositifs de prise en charge. Comment trouver *son* rythme ? Il a aussi souvent été question de rituels, de routines pendant ce forum, comme autant de moments de transition entre deux temporalités. Échauffement, répétition de gestes, protocole d'une recherche, rites de passage, pratiques d'accueil des patient·es, etc. Refaire, souvent, pour mieux comprendre.

C'est par exemple en développant sa pratique de l'hypnose que Catherine Contour envisage autrement le temps de la création. Si l'hypnose est un outil créatif, il impose aussi d'autre manière de faire dans le travail de production, plus lent, moins productiviste. Pour se faire, il faut, à nouveau, se déplacer. C'est le chemin parcouru par Martine Truong Tan Trung. Ses détours par la pensée de Francisco Varela lui ont permis, dans une approche phénoménologique, de développer savoirs et savoirs empiriques en prenant en compte les évolutions en temps réel (physiques, sensibles, psychiques) et en les intégrant. Ce temps n'est pas toujours évident à prendre tant il est compressé et les injonctions à faire nombreuses.

---

15 *La joie du mouvement*, 2008, film d'Emmi Pikler. ©Association Pikler Locsy-France.

Les discours produits au cours du forum vont à l'encontre de ces injonctions. En matière de santé, cette approche est intéressante car être en bonne santé peut parfois être perçu comme une norme oppressante, loin de l'écoute du corps, loin du sujet. Or, le sujet est au centre des discussions et des pratiques. Même si les ateliers de Catherine Contour et Claudia Damasio sont collectifs, chacun·e y développe un geste, un rapport à soi, aux autres, à l'espace singulier. Chaque intervenant·e développe *sa* pensée, remettant sans cesse le sujet au cœur de l'action. Nous sommes donc loin des normes en matière de santé puisqu'il s'agit bien de créer les conditions de *sa* santé autant comme enjeu personnel que partagés, entre responsabilités individuelles et collectives, entre normes et émancipation[16]. L'anthropologue Alexandre Klein apporte d'ailleurs une lecture intéressante de ces sujets :

> « La norme biomédicale et la norme psychosociale de la santé ne trouvent leur sens qu'en tant qu'elles sont des normes sociales et donc uniquement parce qu'elles sont interprétées par les sujets. C'est d'ailleurs ce qui les oppose, puisqu'elles véhiculent toutes deux des valeurs différentes. Mais, c'est bien dans l'écart qui existe entre elles et dans l'interprétation de la distance entre les deux que l'individu se fait sujet. [...] Dès lors, comprendre la santé du point de vue du sujet consiste à comprendre quelle articulation originale l'individu établit entre ces deux normes pour exister comme sujet. Être sujet de sa santé est toujours un écart productif de soi à soi, de l'individu à la représentation qui est donnée de lui-même. Être sujet de sa santé c'est être à l'initiative de son propre rapport aux normes, c'est donc être l'auteur de sa santé. La santé comme expérience de la santé est un choix du sujet au sein de valeurs qui font sens dans son existence et lui permette d'être sujet. » [17]

---

[16] Voir Agathe Dumont, *" La perception des enjeux de santé chez les danseur.euse.s contemporain.e.s : se soigner, s'entraîner, s'accompagner. Responsabilités individuelles et responsabilités collectives."*, Rapport de recherche, 2018. En ligne sur le site *https://agatheprojetsante.wixsite.com/auquotidien*

[17] Alexandre Klein, « La santé comme norme de soin », *Philosophia Scientiæ* [En ligne], 12-2 | 2008, mis en ligne le 01

Ce texte me semble faire écho au projet émancipateur du forum pour parvenir à ce à quoi nous invitait Michèle Lévy-Soussan dans sa conférence inaugurale « mettre tous nos sens en résonance dans un langage sensible ». Penser la santé comme processus c'est évidemment prendre le temps de déconstruire (des certitudes, des habitudes) pour reconstruire autrement. Ce travail, les thérapeutes présent·es le font au quotidien nous partagent quelques outils. Le temps du forum, il est donc permis de ralentir et d'éprouver ensemble une virtuosité du sentir. Non pas la virtuosité comme excellence au sein d'une norme, comme *brio*, comme surenchère, mais la virtuosité comme expérience sensible et capacité, justement, à déplacer les normes[18].

En partageant son expérience de praticienne, Ferodja Hocini nous fait percevoir les multiples mécanismes à l'œuvre dans le travail thérapeutique et leur tissage, fin, complexe, long, lent mais qui permet de retrouver quelque chose. Il faudrait, et le forum nous y invite, prendre le temps de ce tissage. Chaque dialogue ou table-ronde entre les intervenant·es est d'ailleurs une reprise, remettre au métier ce qui a été discuté et retisser des liens.

Ce tissage ne requiert pas de la dextérité, il exige de l'écoute. Dès lors, bien au-delà ou en-deçà de l'excellence, en dehors de toute norme, la virtuosité est un état de désorientation et/ou de perte de quelque chose, peut-être retrouver ce que Bettina Brandl-Risi identifie comme la virtuosité de l'échec (« virtuosity as failure ») dans une perspective socio-politique ou, pour se rapprocher du corps, ce qu'Hubert Godard nomme le « geste manquant »[19] , cette sensation propre aux phénomènes de réadaptation ou de rééducation post-opératoire. Le geste manquant est celui qui n'est plus perçu par le patient, une atteinte fonctionnelle difficilement analysable mais qui perturbe la posture. Il faut donc rééduquer sa perception du geste ou pour reprendre les mots d'Alban Richard en dialogue avec le chercheur Benjamin Delattre dans l'une des table-ronde : « comment mettre en mouvement ce qu'on ne croyait plus possible et ce qu'on ne croyait pas possible », projet chorégraphique, esthétique, autant que posture pour penser notre rapport au monde.

J'ai eu envie de prendre le temps de m'asseoir à côté d'Elsa Wolliaston pour ressentir les vibrations du corps et de la musique. Ressentir, par empathie kinesthésique, la lente frénésie du corps dansant en regardant le film « Laisser frémir »[20], duo sensiblement virtuose entre la chorégraphe et l'accordéoniste Pascal Contet. Simplement assise, la danseuse nous fait voir et percevoir toutes les infimes subtilités du geste, même les plus invisibles. La danse, rappelle Annabelle Couillandre, a bien des effets sur la santé. Certes moins mesurables et moins rapides que les effets d'un « médicament », comme elle l'explique, mais désormais largement objectivés dans la littérature scientifique : traitement de la maladie de Parkinson, de la polyarthrite rhumatoïde, de maladies neurodégénératives mais également en soin de support dans le cadre de maladie chroniques comme les cancers, par exemple.

En écoutant les intervenant·es du forum on perçoit ainsi la densité de parcours qui se déploient dans le temps. Celles et ceux qui témoignent ont des trajectoires souvent longues, parfois accidentées, qui ont souvent opéré par détours et qui permettent justement de prendre ce temps. Lorsque le Férodja Hocini

---

octobre 2011.

[18] Agathe Dumont, « Les virtuoses du déséquilibre », *Recherches en danse* [En ligne], 2 | 2014, mis en ligne le 01 septembre 2013, consulté le 31 mai 2022. URL : http://journals.openedition.org/danse/391 ; DOI : https://doi.org/10.4000/danse.391

[19] Daniel Dobbels & Claire Rabant, « Le geste manquant », entretien avec Hubert Godard, in *Io, revue internationale de psychanalyse*, n° 5, « États de corps », Ramonville Saint-Agne, Editions Erès,premier semestre 1994, p. 63-75.

[20] *Laisser frémir*, filmé au Centre national de la danse, le 31 mai 2002.

parle à ce sujet d'une expérience du « temps et de l'espace qui n'est pas localisée » lors d'un traumatisme ou d'un mal-être, elle propose d'envisager un temps de manière horizontale où cohabitent parfois plusieurs temporalités, parfois synchrones, parfois décalées. Le décalage qui s'opère alors peut se réduire voire se combler par la thérapie. Prendre soin, créer les conditions de sa santé c'est peut-être aussi réduire ces décalages. Cette sensation étrange de ne pas être dans la bonne temporalité. En proposant de ralentir le rythme par l'écoute, l'hypnose, les ateliers de pratique, par exemple, tentent une réconciliation entre soi et le temps. Dans chaque atelier, on nous invite à laisser passer nos pensées pour être dans le temps présent. Être dans ce présent mais aussi dans ce qui nous précède et ce qui va suivre. Privilégier ce que dit Catherine Contour : « remplacer le [ou] our [et] ».

DIALOGUER

« Toucher à la fois la sphère physique, la sphère sociale et la sphère mentale », c'est ce que rappelle Annabelle Couillandre dans son éloge de la danse pour la santé. Le dialogue entre ces trois entités est fondamental et sans cesse repensé au cours du forum. D'ailleurs, la plupart des interventions et discussions posent la question du dialogue comme un principe ou médium de travail. Le dialogue collectif mais aussi le dialogue intime. Chaque demi-journée est ponctuée par un échange à plusieurs entre les intervenant·es écouté·es auparavant pour permettre justement au dialogue de s'activer, paroles qui se poursuivent en dehors de la salle entre intervenant·es et participant·es. Trouver des moyens pour partager ce qui a été dit et lancer la contagion des échanges est ce qui permet d'avancer et de ne pas considérer une parole comme unique ou comme une vérité. Les savoirs ainsi partagés donnent de l'autonomie, constituent un socle, un terreau fertile pour de futurs projets. Les trois sphères dont parle Annabelle Couillandre doivent donc perpétuellement être en interaction. Ne pas négliger, par exemple, les effets de contexte sur la santé physique comme mentale comme le rappelle Nathalie Schulmann à propos du métier de danseur·euse. Ce sont souvent les pressions sociales, économiques, les conditions d'exercice ou de vie qui rendent l'enjeu de la santé complexe dans les parcours des interprètes en danse.
Ce que chaque temps de dialogue croisé ou avec la salle permet de poser c'est que l'enjeu de la santé ne relève pas uniquement de la responsabilité des individus mais aussi d'une responsabilité collective pour permettre ici de vivre, là de danser, longtemps et dans des conditions suffisamment satisfaisantes. Partager, donc, et non transmettre. Tim Ingold, encore, dont la lecture est souvent très enrichissante et permet de balayer des certitudes, remet en cause le terme de transmission estimant justement qu'il ne permet pas une relation entre celui·celle qui « sait » et l'autre. Pour que le dialogue existe l'anthropologue défend l'idée d'un « perpétuel renouvellement », prenant l'image de la marche : « je *deviens* ma marche et ma marche m'entraîne (*my walking walks me*) »[21] Passer trois jours, ensemble, à essayer de devenir sa marche, la marche de l'autre et de se laisser entraîner.

Chaque atelier de pratique nourrit kinesthésiquement cet endroit en proposant d'entrer dans une démarche singulière par le geste ou sa représentation mentale. J'y pense très vite en regardant l'entretien entre Jacqueline Robinson et Nathalie Collantes projeté le vendredi soir. Il ne s'agit pas d'un entretien classique. Nathalie Collantes ne pose pas réellement de questions, elle se place en position d'écoute. La pensée de Jacqueline Robinson est sinueuse, passe par des détours en évoquant sa pédagogie, son rapport à la danse, au corps[22], mais elle est poreuse, elle se partage dans l'instant, concrètement, de corps à corps. C'est aussi un peu le chemin qu'il m'a semblé que nous faisions, collectivement, pendant ce forum.

---

[21] Tim Ingold, *L'anthropologie comme éducation,* Presses universitaires de Rennes, 2018, p. 36.

[22] Entretiens Jacqueline Robinson / Nathalie Collantes (séance 1) La relation - La neutralité dans l'enseignement, 1999 Réalisation du Centre national de la danse. Enregistré à l'Atelier de la danse le lundi 7 juin 1999.

En écrivant, je me demande souvent ce qui, pendant ces quelques jours à Caen, s'est partagé par le corps et ce qu'il s'est partagé par la pensée, étant moi-même souvent entre ces deux usages. Pratique et théorie n'ont jamais été séparés et se sont nourris l'un l'autre. Être là, en dialogue avec les autres, c'est aussi mettre en jeu un échange kinesthésique, plus invisible mais dont les effets sont bien réels. Que s'est-il joué kinesthésiquement ? Susan Leigh Foster a largement exploré cette notion et j'apprécie la manière dont elle en parle à propos de la danse :

« Je soutiens que toute notion de chorégraphie contient, incarnée en elle, une kinesthésie, une manière désignée de faire l'expérience de la physicalité et du mouvement qui, à son tour, convoque d'autres corps dans une manière spécifique de ressentir les choses. »[23]

Chaque intervention, chaque atelier, chaque table-ronde convoquent ainsi d'autres corps et d'autres imaginaires que j'ajoute à mon répertoire de sensation et développent mon empathie. Des travaux en neurosciences, et c'est aussi ce que défend Hervé Platel, ont largement montré que l'empathie kinesthésique produisait de réels effets sur le cerveau. Corinne Jola, par exemple a étudié le cerveau des spectateur·trices d'œuvres chorégraphiques pour y déceler les effets du mouvement dansé, dans une approche analogue à celle d'Hervé Platel avec la musique[24]. Cette même expérience kinesthésique à laquelle nous sommes confronté·es en regardant les films de danse présentés à la soirée d'ouverture ou en regardant et/ou en participant aux ateliers proposés. On pourrait parler d'un dialogue avec sa sensation.
Pour permettre à ce dialogue d'avoir lieu, l'entrée par le corps est nécessaire. En commençant nos journées par une mise en mouvement (réelle pour le travail de Claudia Damasio, imaginée dans l'atelier de Catherine Contour) le forum mobilise tout de suite notre sensation. Je suis prévenue, cela passera par le corps ! C'est même mon sens haptique, regroupant le toucher et les phénomènes kinesthésiques, qui est mis en jeu. La perception haptique résulte en effet de la stimulation de la peau lors de mouvements actifs, d'exploration tactile avec des objets qui engendrent la mobilisation des différents récepteurs kinesthésiques et proprioceptifs (notamment les récepteurs sensitifs du toucher, les organes tendineux de Golgi – dans les tendons -, le fuseau neuromusculaire - dans le muscle -, le système vestibulaire - l'orientation du corps dans l'espace et son équilibre. En activant dès le matin le système haptique, notre corps est disponible pour la suite, conscient de son « dialogue avec la gravité »[25], avec son espace, avec autrui. Tout comme le corps s'ajuste en permanence pour se maintenir debout, notre attention, notre intention vont s'ajuster constamment au cours des journées pour incorporer ce qui se dit et laisser sédimenter.

***

Prendre le temps de s'installer, accueillir ce qui se passe, ralentir, écouter et partager. Penser autrement son rapport au temps et à l'espace... Ferodja Hocini parle du temps long, de la multiplicité des temps, du mélange des temps verticaux et horizontaux dans le soin. Catherine Contour évoque l'envie de « durer »

---

[23] Susan Leigh Foster, *Choreographing Empathy. Kinesthesia in Performance*, New-York & London,Routledge, 2011, p. 2. « I argue that any notion of choreography contains, embodied within it, a kinesthesis, a designated way of experiencing physicality and movement that, in turn summons other bodies into specific way of feeling toward it. »

[24] Reas on, M., Jola, C., Kay, R., Reynolds, D., Kauppi, J.-P., Grosbras, M.-H., Tohka, J. and Pollick, F. (2016) Spectators' aesthetic experience of sound and movement in dance performance: a transdisciplinary investigation. *Psychology of Aesthetics, Creativity and the Arts*, 10(1), pp. 42-55. (doi: 10.1037/a0040032)

[25] Titre de l'ouvrage d'Ushio Amagatsu, *Dialogue avec la gravité*, Actes Sud, coll. « Le souffle de l'esprit », 2000.

comme moteur dans la création. Tant durer physiquement et mentalement, dans une carrière de danseur·euse, que durer dans une manière d'être au monde qu'elle illustre par la phrase de l'architecte Charlotte Perriand « cultiver l'enthousiasme ». Chercher une autre virtuosité, imaginer autrement les liens entre danse et santé, entre mouvement et soin, partager collectivement des gestes et des paroles, créer des espaces pour échanger savoirs empiriques et savoirs scientifiques.
On pourrait objecter que tout cela est absurde. Catherine Contour y répond. À chaque question qui semble avoir une réponse impossible, elle propose de répondre : « Et pourquoi pas ? »

Retrouvez l'ensemble des interventions et des tables rondes ici
→ https://vimeo.com/showcase/9332825

Retrouvez le programme complet sur notre site internet
→ https://ccncn.eu/evenement/forum-creer-les-conditions-de-sa-sante/

Photos © Alban Van Wassenhove

centre chorégraphique national de Caen en Normandie
Halle aux Granges, 11-13 rue du Carel, BP 75411, 14054 Caen cedex 4

Le centre chorégraphique national de Caen en Normandie est subventionné par le Ministère de la Culture – DRAC Normandie, la Région Normandie, la Ville de Caen, le Département du Calvados, le Département de la Manche et le Département de l'Orne.
Licences d'entrepreneur de spectacles N° 1 L-R-21-9119 / L-R-21-9120 ; N°2 L-R-21-8431 ; N°3 L-R-21-9022