



HAL
open science

Pratiques somatiques, histoire de vie et création artistique ; de l'intime au politique

Hélène Michalovitch

► To cite this version:

Hélène Michalovitch. Pratiques somatiques, histoire de vie et création artistique ; de l'intime au politique. Sciences de l'Homme et Société. 2025. <hal-05293252>

HAL Id: hal-05293252

<https://univ-cotedazur.hal.science/hal-05293252v1>

Submitted on 1 Oct 2025

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire HAL, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



Distributed under a Creative Commons CC BY-NC-ND 4.0 - Attribution - Non-commercial use - No Derivative Works - International License

Hélène MICHALOVITCH

Université Côte d'Azur

EUR CREATES



MASTER ARTS

Parcours

« ANTHROPOLOGIE DES ARTS VIVANTS »

**Pratiques somatiques,
histoire de vie et création artistique,
de l'intime au politique**

Sous la direction de Sarah ANDRIEU

Relectrice Arianna-Bérénice DE SANCTIS

Année 2024-2025

Hélène MICHALOVITCH

Université Côte d'Azur

EUR CREATES

MASTER ARTS

Parcours

« ANTHROPOLOGIE DES ARTS VIVANTS »

**Pratiques somatiques,
histoire de vie et création artistique,
de l'intime au politique**

Sous la direction de Sarah ANDRIEU

Relectrice Arianna-Bérénice DE SANCTIS

Année 2024-2025

REMERCIEMENTS

Cette étude n'aurait pas vu le jour sans l'amitié qui me lie à Beatriz Navarro et nos années de partage autour du corps, du mouvement, de nos pratiques communes, ainsi que sans son accueil au Mexique; qu'elle en soit chaleureusement remerciée.

Un grand merci à l'ensemble de la Cie Onyrikon, en particulier à Juri Cainero et Naoko I., pour m'avoir accueillie, donné de leur temps avec grande générosité et permis de suivre le travail de la Cie sur la création de Corde et d'Urdimbre.

Mes pensées vont aussi à ma tutrice de mémoire, Sarah Andrieu, qui m'a suivie tout au long de ce parcours et stimulée par ses encouragements et ses remarques judicieuses.

Merci aux amies engagées dans le corps et ses matières, en danse, Life Art Process comme en BMC, qui ont suivi et soutenu ce travail, particulièrement Emmanuelle Gérin, Alice Browaeys, Magali Penna et Nina Dumas-Rozoy, pour son indéfectible soutien.

Merci à mes formatrices de SOMA, Janet Amato, Lulla Chourlin et Anne Garrigues, à Caroline Arragain et Anne Expert, ainsi qu'aux enseignantes des formations italienne et espagnole, aux étudiant.e.s et stagiaires, qui m'ont permis d'approfondir et malaxer cette matière vivante au fil des pratiques et discussions.

Merci aux personnes qui m'ont aidée dans la recherche de ressources à l'origine de ce travail et/ou proposé des espaces d'exploration au fil de cette enquête, notamment Arnaud Halloy, Yohana Benattar, Nathalie Chazeau, Mathieu Gaudeau, Alice Godfroy, Mandoline Whittlesey, Jérémy Damian ainsi qu'à toute l'équipe de l'Improvisation Summer School #3.

Pensées vers mes comparses d'étude à l'Université Côte d'Azur, merci pour nos échanges et nos moments de franche rigolade, Vassiliki Mavroidakou-Castellana et Fabienne Colson.

Last but not least, un immense merci à mes deux anges gardiennes : Jeanne Thiémonge pour son accueil aussi jovial, chaleureux que solaire à Nice et Martine Gobert à Marseille pour son soutien attentif, son accueil renouvelé, sa lumineuse et vivifiante présence.

Ce mémoire est dédié à mon père, Pierre Michalovitch, avec tout mon amour

À Loulou, merci pour la tendresse



*Laboratoire de recherche autour du spectacle Corde, au centre : Beatriz Navarro,
Djbel Semmama (Tunisie), avril-mai 2023 © Cie Onyrikon*

TABLE DES MATIÈRES

INTRODUCTION	10
I. POUR UNE ANTHROPOLOGIE SOMATIQUE DES APPROCHES SOMATIQUES ? VERS UNE PERSPECTIVE DOUBLEMENT DECENTRÉE	14
1. Informer l'influence de l'approche somatique dans un parcours de vie et d'artiste : contextes	
1.1. Des trajectoires croisées, le ferment d'un sujet	
<i>L'histoire d'une posture</i>	15
<i>Entrelacer les perspectives, une partie prenante de la positionnalité</i>	18
<i>Une rencontre à la source, Beatriz Navarro</i>	20
<i>Vers l'élaboration d'un sujet et la mise en œuvre d'un terrain, méandres</i>	22
1.2. Anthropologie et somatique, un état des lieux	
<i>Des techniques du corps à l'anthropologie sensorielle</i>	24
<i>Sensorialité, sensibilité et intellect, dépasser la dualité corps-esprit</i>	26
<i>Anthropologie, soma et affects, les porosités induites par le terrain</i>	27
<i>La place de l'empathie</i>	29
2. Somatiques, vous avez dit somatiques ?	
2.1 L'invention d'une approche, du XIXe siècle à aujourd'hui	
<i>Une (re)connaissance problématique</i>	31
<i>L'émergence d'un champ nouveau</i>	32
<i>Un faisceau de définitions complémentaires</i>	34
<i>Limites et horizons des pratiques somatiques</i>	38
2.2. Un foisonnement d'approches : contexte d'émergence et évolution	
<i>De Platon à Merleau-Ponty, une histoire de la théorisation du corps</i>	41
<i>La première vague, fin du XIXe siècle en Europe</i>	43
<i>Les vagues suivantes, essaimage et diffusion dans les pays du Nord</i>	45
3. La fabrique d'un savoir anthropologique : sujet, terrain, méthodes	
3.1. Situer le problème : enjeux rencontrés à la base de l'enquête	
<i>Les circonvolutions d'un sujet en lien avec celles de son terrain</i>	47
<i>Bifurcations problématiques, sous le sceau de la nécessité</i>	48
<i>Vers l'étude de cas, et (de) son cas de conscience</i>	51
<i>Cadre spatio-temporel et supports de l'enquête</i>	53
3.2. Borner le problème : méthodologies et corpus	
<i>L'observation participante, récolte de données par imprégnation</i>	54
<i>Les entretiens et leurs modalités</i>	55
<i>Les supports théoriques, une perspective diachronique transdisciplinaire</i>	57

II. BEATRIZ NAVARRO OU COMMENT LA PRATIQUE SOMATIQUE SOUS-TEND UN PARCOURS DE VIE ET D'ARTISTE **58**

1. Du corps au soma, changer de perception pour changer de perspective : survivre puis devenir

1.1. Danser ! Le corps comme lieu de résilience et de conquête de soi

*Le choix du parcours, une démarche méthodologique singulière
pour une montée en généralité* 59

Premiers déplacements : danser pour quitter l'univers familial 60

Survivre, conquérir, trouver une place viable 61

1.2. Vers le soma comme espace de transformation et de renouvellement

Se réparer en mouvement, la quête des ailleurs 63

*Se mouvoir à l'intérieur de soi : la découverte des somatiques,
de la place viable à la place vivante* 65

L'éducation somatique, un changement intime de paradigme 67

*De la survie à la force de la vulnérabilité choisie, filiations expérientielles
entre techniques somatiques et micro-phénoménologie* 71

2. Pratiques et enjeux de l'apprentissage dans les méthodes somatiques

2.1. Deux approches d'éducation somatique : celles de l'observatrice et de l'observée, Body Mind Centering® et Body Mind Movement

Des années 1970 aux années 2000 74

Histoire et philosophie du Body Mind Centering® 76

Les spécificités du Body Mind Movement 79

2.2. Définition et modalités de l'apprentissage somatique

Qu'est-ce que l'éducation somatique ? 81

Une pédagogie alternative ? 84

3. Quelques principes somatiques majeurs appliqués au parcours de Beatriz Navarro

3.1. L'incorporation et l'intégration pour exister et résister

Un mode d'apprentissage spécifique 88

Incorporer et intégrer pour « se reconnaître » et affirmer son « droit à exister » 89

3.2. Déconstruire, réguler et relationner pour s'émanciper ensemble

Déconstruire pour s'autonomiser et s'auto-déterminer 91

Se réguler et s'accorder ou comment « prendre sa place » 94

Interagir en mouvement ou comment « dialoguer avec l'inconnu » 96

III. DE L'USAGE DES MÉTHODES SOMATIQUES DANS LA CRÉATION ARTISTIQUE, DEUX EXEMPLES ISSUS DE L'EXPÉRIENCE DE BEATRIZ NAVARRO

99

1. Urdimbre ou le déploiement du vivant, ramifications d'une identité artistique

1.1. Le tissage complexe d'un parcours de vie et de création

<i>Un entrelacs d'expériences artistiques</i>	100
<i>De Climat à Urdimbre, d'un fil au motif</i>	103

1.2. Urdimbre, un spectacle fondé sur l'approche somatique pour partager une vision poétique de l'évolution du vivant avec les tout-petits

<i>Soubassements somatiques d'une pièce à destination des enfants</i>	106
<i>Un peu de la vie d'Urdimbre : des répétitions à la première</i>	109
<i>Au Badaboum Théâtre, de l'observation participante...</i>	112
<i>... à l'implication artistique</i>	114

2. Corde 1/2, défendre une vision artistique sous-tendue par les somatiques

2.1. L'initiation d'une création collective portée par Beatriz Navarro

<i>Continuité de parcours et infusion lente</i>	118
<i>De la genèse à la représentation, un sac de nœuds ?</i>	120
<i>Les laboratoires au Mexique, découvertes collectives et orientations réflexives</i>	122

2.2. Des laboratoires aux résidences, une approche dialectique du matériau de création

<i>L'expérience tunisienne et son poids</i>	126
<i>La résidence-audition, crash-test pour l'apprentie anthropologue</i>	128
<i>Investir au pied levé les rôles donnés par les enquêtés</i>	132

3. Corde 2/2, un processus de création tissé d'intrications, nœuds et dénouements

3.1. Au fil du processus de création, la place évolutive des somatiques

<i>Morceaux choisis issus de la résidence à La Colle (Gréoux-les-Bains)</i>	135
<i>De l'intime au langage esthétique, une traversée adossée aux somatiques</i>	136
<i>De la sensorialité au spectaculaire, comment faire ?</i>	141

3.2. Une autre étape de création, à Genève : digestion, disparition et rejaillissement des somatiques

<i>Rendez-vous à la Marbrerie, l'avancée de la création</i>	144
<i>Au Motel Campo, sous tension en vue de la sortie de résidence</i>	146
<i>Des choix artistiques au service d'une politique de la rencontre avec le public</i>	149
<i>Nourrir la relation avec le public depuis l'expérience somatique</i>	151

CONCLUSION	156
BIBLIOGRAPHIE	160
SITOGRAFIE	165
TABLE DES ANNEXES	166



*Portrait en mouvement de Beatriz Navarro,
danseuse, chorégraphe, somaticienne mexicaine
co-directrice de la Cie Onyrikon et amie,
protagoniste et artiste impliquée dans la recherche menée ici
2024 © Cie Onyrikon*

INTRODUCTION

« Il y a un caractère physique de la pensée en train de se faire ¹ »
François Laplantine

« Le savoir ne peut être séparé de la sensation ou du sentiment. Ces derniers ne sont pas des obstacles à la connaissance mais la condition même de son apparition ² »
Pierre Auregan

Les états de corps et leurs modes de conscience, associés au panorama des expériences de soi qu'ils composent, m'interrogent depuis longtemps. Je les aborde dans différents domaines de pratiques corporelles depuis les années 1980, puis par le biais d'une littérature axée sur la transe et le chamanisme, entre autres en anthropologie, à partir de 1995. Impliquée dans la danse contemporaine depuis plus de 25 ans comme pratiquante, artiste puis pédagogue, je découvre pour la première fois les techniques somatiques en 2010 par le biais d'un stage en Body Mind Centering® (BMC). L'approche m'ayant considérablement marquée par la transformation intérieure qu'elle produit, je m'y forme à partir de 2018.

Dans cette continuité, je décide de mener une recherche autour de ces approches dans une perspective anthropologique. Dans les deux cas, mon ancrage est empirique, le processus ethnographique tout comme ces méthodes étant chevillés à l'expérience corporelle. La présence somatique propose tout un bagage d'outils provenant de l'observation des sensations pour orienter les perceptions et déployer une expérience d'être, de sentir, d'agir et d'interagir. L'anthropologie, quant à elle, demande de s'engager dans un terrain, corps et sens aux aguets, pour engranger des matériaux sensibles avant d'en élaborer des données scientifiques.

Ainsi que l'affirme l'anthropologue Betty Mercier-Lefebvre : « le chercheur (et en particulier l'ethnologue, mais pas seulement) comme l'artiste danseur sont engagés

¹ LAPLANTINE François, *Le social et le sensible. Introduction à une anthropologie modale*, Téraèdre, 2005, p.9.

² AUREGAN Pierre, *Des Récits et des hommes. Terre humaine : un autre regard sur les sciences de l'homme*, Plon, 2001. Cité par Betty MERCIER-LEFEVRE dans l'article « Chercheurs et artistes : du trouble dans la place », *Recherches en danse* [En ligne] (6), 2017, p.4.

corporellement dans ce qu'ils produisent ³ ». Il s'agit donc de mener ici une ethnographie doublement incarnée : par le choix de la discipline, de sa démarche ancrée dans le réel et le vécu d'une part, et portant sur un domaine établi sur l'expérience du corps traduite de l'intérieur, d'autre part.

Les approches somatiques, en effet, développent un champ exploratoire à la première personne, celle d'un corps-sujet, qui permet d'accroître le sens de soi en mouvement et en relation. Ces pratiques naissent en Occident à la fin du XIXe siècle et essaient depuis, prenant de multiples formes. L'anthropologie s'intéresse quant à elle au corps, à la sensorialité et au sensible depuis le début du XXe siècle, ouvrant sur de nombreux aspects qui mettent l'accent sur l'importance de celui-ci dans les perceptions, les représentations, les façons d'être au monde et de faire société.

Aussi, cette étude déplie-t-elle les pratiques somatiques dans trois dimensions. Elles sont vues comme des techniques du corps ⁴, pour le danseur, le chorégraphe ainsi que pour tout individu s'y frottant. Elles deviennent par ailleurs des sujets de description et de tentatives de compréhension, du particulier au général, sous le regard de la chercheuse. Enfin, elles constituent une méthode de recherche, arrimées comme elles le sont dans la démarche expérientielle, associées au champ des « practice-led research ⁵ » et de la théorie non-représentationnelle ⁶.

Au vu de mon itinéraire de danseuse et d'éducatrice somatique en BMC, je me situe dans un espace connu dont je cherche à me décaler pour l'envisager de manière réflexive depuis un point-de-vue critique. Dans ce cadre, je m'intéresse à un cas particulier, celui de la danseuse, chorégraphe et somaticienne en Body Mind Movement mexicaine Beatriz Navarro. Je connais Beatriz depuis environ 5 ans, nous sommes devenues proches par affinités liées aux pratiques somatiques et au mouvement. En choisissant de rendre compte de son parcours, je m'inscris donc à la fois dans une « pratique partagée ⁷ » et une perspective décentrée. Il s'avèrera essentiel de démêler

³ MERCIER-LEFEVRE Betty, « Chercheurs et artistes : du trouble dans la place », *Recherches en danse* [En ligne] (6), 2017, p.8.

⁴ MAUSS Marcel, « Les techniques du corps », *Journal de psychologie* 32 (3-4), 1936, p.271-293.

⁵ Terminologie anglophone traduite par « Recherche guidée par la pratique ».

⁶ Cf. THRIFT Nigel, *Non-representational Theory: Space, Politics, Affect*, Londres, Routledge, 2007.

⁷ Cf. BOUKOBZA Julie, « Pratique partagée et émotions en partage », *Journal des anthropologues*, 2008.

similitudes et différences dans nos modes d'approche comme dans nos pratiques pour tenter de mieux cerner ce qu'il retourne de ces techniques et de leurs implications. Ainsi, je m'inspire de la double invitation lancée par Isabelle Ginot :

« qu'est-ce que les regards de l'anthropologue, du sociologue, du neuro-scientifique, du psychanalyste, de l'historien, du politologue, pourrait révéler de nos pratiques qu'elles ne voient pas elles-mêmes ? Et réciproquement, qu'est-ce que les pratiques somatiques pourraient leur révéler de leurs propres zones d'aveuglement ?⁸ »

C'est dans cette idée que je propose une ethnographie singulière, tissée par un lien d'amitié, des pratiques analogues, une proximité émanant du fait que nous sommes des femmes du même âge ayant des sensibilités en résonance, le tout créant une forte empathie. Néanmoins, nos cheminements font ressortir nombres de dissemblances, dont a minima nos cultures, nos habitus socio-économiques et nos choix professionnels. Un autre intérêt m'amenant à réaliser mon terrain anthropologique auprès de Beatriz Navarro consiste dans son appétit et son appétence à la réflexivité. En effet, elle est une danseuse, experte du corps, qui en pense les usages. Nous cheminons dans ce travail en dialogue et en co-construction, d'un côté et de l'autre de la création artistique et de la recherche.

En tant que somaticienne et apprentie anthropologue effectuant un terrain proche dans le cadre d'une pratique commune, je me dois de clarifier ma place, me situant à la fois dedans et dehors. Comment engager une étude épistémologique sur un domaine dans lequel je suis immergée ? Dans quelle mesure mon expérience peut-elle être facilitante ou au contraire entravante pour mon enquête ? Mercier-Lefebvre insiste sur le fait que :

« Cette double appartenance fonde également la problématique de la place et du trouble occasionnée lorsqu'on se déplace, qu'on glisse d'un espace social à l'autre, en suggérant l'idée que l'atelier du danseur et/ou le terrain du chercheur, chacun à leurs façons, peuvent enrichir mais aussi interroger nos rapports au monde, notre expérience humaine et nos savoirs⁹ ».

Les procédés anthropologiques ainsi que la vigilance à laquelle ils invitent quant à la production du savoir viennent en support de mon vécu, favorisant, je l'espère, le recul

⁸ GINOT Isabelle, « Discours, techniques du corps et technocorps », À *l'a[r]encontre de la danse contemporaine : porosités et résistances*, sous la dir. de Paule GIOFFREDI, L'Harmattan, coll. « Le corps en question », 2009, p.15.

⁹ MERCIER-LEFEVRE B., *ibid*, p.1.

critique nécessaire pour aboutir à une connaissance valide. Ce « positionnement de l'entre-deux ¹⁰ » sera relaté, incluant les difficultés, collusions, frictions, doutes traversés sur le terrain, qui participent aussi au travail de digestion et de mise à distance, renforcée pendant le temps d'élaboration et d'écriture a posteriori.

Il s'agira donc de rapporter des éléments du parcours personnel et professionnel de Beatriz Navarro afin de montrer quelles places les méthodes somatiques y occupent. Ce faisant, les questions de genre, de classe, de race mais aussi sa trajectoire de migration et d'exil seront abordés. De même, les façons dont elle a investi l'univers de la danse, celui des somatiques et le milieu artistique seront détaillées. L'objectif poursuivi est de révéler comment ces approches du corps sous-tendent son cheminement propre, mais aussi comment son histoire personnelle et professionnelle résonne avec celles d'autres artistes du Sud, à plus grande échelle.

Une attention sera également portée à questionner les modalités d'émergence, d'évolution et de circulation des méthodes somatiques au niveau global, avant de montrer de quelles façons ces techniques, « la démarche scientifique et la création artistique participent d'une même tentative d'interprétation du réel, un réel instable, multiple, signifiant et sensible, en perpétuel déplacement ¹¹ ».

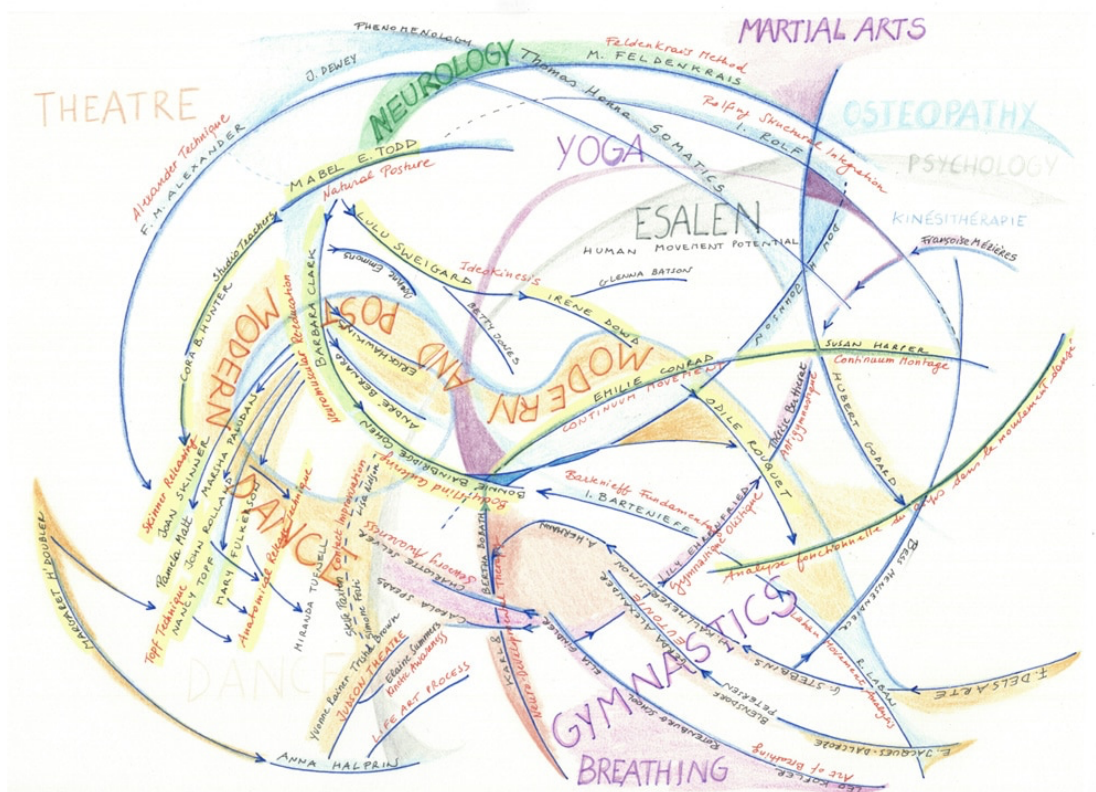
Il sera fait état, dans un premier temps, des contextes qui fondent cette étude : celui de Beatriz comme du mien, de ces approches mais aussi de mon terrain dans ses délimitations et méthodologies. Dans un deuxième temps sera exposée la biographie de l'artiste observée, dans ce qui l'amène à la danse contemporaine puis à ces pratiques. Enfin, il sera question de son rapport à ces techniques au sein de la création artistique.

¹⁰ MERCIER-LEFEVRE B., *ibid.*, p.9.

¹¹ MERCIER-LEFEVRE B., *ibid.*

CHAPITRE 1

POUR UNE ANTHROPOLOGIE SOMATIQUE DES APPROCHES SOMATIQUES ? VERS UNE PERSPECTIVE DOUBLEMENT DÉCENTRÉE



Carla BOTTIGLIERI, paysage (inachevable) des pratiques somatiques,
dessin réalisé pour le séminaire 1 « Le fond gestuel », La Manufacture, 2016

1. Informer l'influence de l'approche somatique dans un parcours de vie et d'artiste : contextes

« L'anthropologie est une démarche d'immersion dans le sensible ¹² »
François Laplantine

1.1. Des trajectoires croisées, le ferment d'un sujet

L'histoire d'une posture

Engagée depuis une vingtaine d'années dans la transmission de « techniques du corps ¹³ » à visées créative, artistique et somatique comme dans celles de contenus intellectuels, je cherche à relier ces différentes sphères au sein de cette présente recherche. Enseignante de lettres modernes dans le secondaire et en post-bac, danseuse, pédagogue en danse, en arts et en pratiques somatiques, je reviens aujourd'hui à la recherche universitaire avec l'objectif de rassembler, penser et réenvisager mon parcours dans la conscience du corps sous l'angle d'une réflexion anthropologique autour des somatiques, et ce à partir d'une étude de cas.

Depuis une trentaine d'années j'explore des courants de danse, de mouvement et de création qui m'ont amenée à me certifier en Anatomie et Physiologie pour le Mouvement, en Arts Expressifs (Life Art Process), en Éducation Somatique sous l'angle du Body Mind Centering® et à me spécialiser en développement moteur du nourrisson. Mon intérêt pour la sensorialité comme soutien au déploiement de la sensibilité et la créativité, de l'autonomie et la relation, comme de la pensée et l'imaginaire m'a orientée d'abord vers la danse, le mouvement puis son analyse, la connaissance du corps et enfin la conscience du soma avec la découverte des *somatics* ¹⁴.

Cet ensemble d'approches est devenu au fil de mon expérience un véritable support de senti, de ressenti, d'action, de création, de façons d'être en relation comme d'être au

¹² GÉLARD Marie-Luce, *Les Sens en mots. Entretiens avec Joël Candau, Alain Corbin, David Howes, François Laplantine, David Le Breton et Georges Vigarello*. Paris, Pétra, 2017, p.65.

¹³ Cf. MAUSS Marcel, « Les techniques du corps », *Journal de psychologie* 32 (3-4), 1936, p.271-293.

¹⁴ Substantif américain pour « somatiques » : ensemble des pratiques rassemblées, nommées et théorisées par le philosophe Thomas HANNA et le somaticien Don Hanlon JOHNSON dans les années 1970.

monde. En parallèle, je tisse pendant une vingtaine d'années une recherche artistique transdisciplinaire mêlant danse, vidéo, photo, création musicale et littéraire, prenant la forme de performances et d'œuvres plastiques.

Reprendre aujourd'hui des études, spécifiquement en anthropologie, répond à un projet de longue date : celui d'observer et penser différents états de corps. Il y a 25 ans, j'étais intriguée par les pratiques chamaniques, et souhaitais en étudier les modalités psychocorporelles sous l'angle ethnographique. L'idée était d'examiner la place et le rôle du corps et du soma (dans une perspective *etic* et *emic*) du.de la chaman.e durant les rituels et les soins. Partant des univers sensoriel et symbolique, l'objectif était de mettre à jour les différents niveaux de transformations du corps en transe ; d'informer des formes et des incarnations de la métempsycose dans plusieurs cultures (au moins inuit et altaïque).

Ce projet me porte encore aujourd'hui même si j'ai choisi de recentrer mon étude autour de préoccupations actuelles et plus accessibles en termes humain et pratique. Je reste attachée à aborder les états de corps, la sensorialité et le sensible selon une perspective anthropologique afin de retranscrire une parole singulière pour l'inscrire dans le général. M'adossant à l'angle expérientiel propre à l'ethnographie et à sa dimension du terrain mais aussi venant de ma propre trajectoire de danseuse et d'exploratrice du soma, il s'agira de questionner ce que sont ces approches et comment elles viennent influencer la trajectoire de vie et de création d'une artiste.

Partant de mon expérience pour la mettre en résonance avec le terrain défini, j'opte pour un ancrage empirique en m'appuyant sur les outils fournis par l'anthropologie. Les méthodes somatiques sont ici vues à la fois comme des techniques du corps servant d'appui aux artistes du mouvement (principalement les danseurs amateurs et professionnels, chorégraphes et somaticien.ne.s), mais aussi comme des pratiques à décrire et questionner pour comprendre dans quelles circulations socio-culturelles elles s'inscrivent. De plus, elles constituent en elles-mêmes une méthode de recherche, validées en sciences humaines autant par le biais des « Practice-led Research¹⁵ »

¹⁵ Je m'inspire ici du support terminologique pour la recherche-crédation élaboré par l'Université de Grenoble Alpes, le Performascope: <https://performance-lab.huma-num.fr/fr>
Voir la définition proposée par Lucie BONNET : <https://performance-lab.huma-num.fr/fr/detail/177875>

(recherche guidée par la pratique), que via des procédés méthodologiques (tels l'entretien d'explicitation¹⁶ en micro-phénoménologie).

Nous questionnerons les « somatics » en tant que techniques, savoirs et représentations situés du corps et du mouvement, par le biais de deux approches spécifiques : le Body Mind Movement et le Body Mind Centering®. Il s'agira ensuite de les mettre en perspective dans un champ plus large, incluant le social, le culturel et le politique ; d'où le choix de l'anthropologie. Une des suites imaginées à ce travail serait d'élaborer une thèse sur les approches du soma endo et exogènes comme leviers politiques facilitant l'émancipation et la lutte en milieux autochtones (au Mexique, par exemple).

Ces pratiques ouvrent un champ d'expériences et de questionnements foisonnants partant du sujet : que sens-je ? Comment sens-je ? Qu'est-ce que cela me fait, te fait ? Comment cela affecte et transforme-t-il la perception de soi, de l'autre, du monde ? Quels sont les liens entre sensations, affects et pensées ? Comment se construisent-ils et interagissent-ils ? Comment et pourquoi en prendre conscience ? Comment soutiennent-ils la relation, l'interaction, l'art, la création, la vie personnelle et collective ? Pour quoi et comment expérimenter collectivement et partager ces savoirs ?

C'est dans ce faisceau de questionnements que se situe le creuset de cette étude, tissant des rapports au corps, à l'identité, à la déconstruction de normes, à la création, à la relation et au monde spécifiques, reliés à l'expérimentation somatique. Celle-ci signe pour moi un changement radical de positionnement. Les découvertes faites par ce biais ont profondément transformé mon rapport à l'intime, au social, au politique, au travail, à la sensibilité, à la relation, au mouvement, à l'action, à la qualité d'être et de présence et au sens de la vie. En menant cette étude, je souhaite continuer à nourrir et questionner mon rapport somatique au monde, mon système de perceptions et de représentations, tout comme visibiliser un parcours à la fois singulier et caractéristique, celui de Beatriz Navarro.

Dans ce travail de recherche, ma posture est donc celle d'une pratiquante informée venant remettre en jeu ses savoirs de façon critique et transversale. Je choisis d'aborder les « somatics » sous l'angle anthropologique, consciente que celles-ci sont non

¹⁶ VERMERSCH Pierre, *L'Entretien d'explicitation*, ESF Sciences Humaines, Paris, 2019.

seulement très peu abordées dans la recherche universitaire en Europe (contrairement à l'Amérique du Nord) mais aussi que lorsqu'elles le sont, elles dépendent le plus souvent du champ scientifique en biologie, neurosciences, études sportives ou dans le cas des recherches en arts, principalement des études en danse.

Cette enquête vise donc à la fois à me déplacer pour les réintégrer autrement dans mon expérience et dans le champ réflexif que j'en conçois, mais aussi à creuser un sillon et continuer à ouvrir une voie dans ce type de recherches en sciences humaines en France.

Entrelacer les perspectives, une partie prenante de ma positionnalité

De retour à la faculté, je bénéficie d'un cursus partiel en anthropologie, à savoir d'un an d'études au sein du master « Anthropologie des Arts Vivants » proposé à l'Université Côte d'Azur. Ne cherchant pas à être une spécialiste en la matière, mais à nourrir une réflexion informée, mon souhait est d'instaurer un espace de croisement des champs en arts, études en danse, philosophie et anthropologie afin de participer à une vision renouvelée des techniques somatiques de par leur mise en perspective critique depuis ces domaines théoriques et pratiques. Mon intérêt va à la transversalité, depuis ma posture de praticienne du soma, mais aussi depuis ma propre hétérogénéité d'expériences dans l'art, la transmission et la recherche dans les domaines intellectuels et sensibles.

Ce travail se situe aussi dans la lignée de plusieurs approches méthodologiques. Selon l'artiste-chercheuse Rachel Gomme, la « pratique comme recherche » (« Practice as Research ») se concentre sur « une approche scientifique qui considère que toute pratique est en elle-même une forme de recherche dont résulte une production de connaissances ¹⁷ ». Partageant cette expérience, mon travail se fonde sur cet axiome que les formes expérientielles sont un creuset pour l'émergence de nouveaux savoirs, dont intellectuels. Il s'agira d'ailleurs d'élaborer ici, guidée par l'expérience du terrain propre à l'anthropologie, une « Recherche menée par la Pratique » (« Practice-led Research »), à savoir une « approche scientifique au sein de laquelle la pratique initie et

¹⁷ Cf. Le Performascope : <http://performascope.univ-grenoble-alpes.fr/fr/detail/177877>

guide le travail de recherche ¹⁸ », à l'image du terrain guidant l'anthropologue lors de son enquête. La chercheuse en danse et méthodes somatiques Isabelle Ginot insiste elle aussi sur l'importance de la prise en compte des savoirs pratiques dans la production scientifique :

« "l'ancrage dans la pratique" ne se définit pas seulement par la référence aux pratiques de la danse et du geste, mais par le statut que nous accordons aux savoirs pratiques, la reconnaissance de légitimité, et même – au moins pour une partie d'entre nous – leur reconnaissance comme savoirs d'autorité par rapport à d'autres sphères de connaissance plus traditionnellement académiques. Pourtant, il faut que le travail reste un travail de recherche – et ne se confonde pas avec celui des praticiens et des artistes. Le projet demeure la production d'analyses, de nouvelles conceptualisations et de dispositifs critiques ¹⁹ ».

Ce faisant, elle pointe la diversité et la difficulté d'une recherche entremêlant les approches :

« Ce préalable engage un ensemble de modes de travail : croiser les méthodologies académiques traditionnelles – travail bibliographique notamment – avec des méthodologies émergentes : lecture du geste, analyse de pratiques, descriptions de processus, expérimentation directe des pratiques observées, catégorisation des pratiques, etc. Naviguer entre des temporalités et des espaces différents (le studio et la bibliothèque, le colloque et le festival). Collaborer avec d'autres chercheurs, mais aussi avec des artistes, des pédagogues, des praticiens, des cliniciens ²⁰ ».

Ginot conclut en mettant l'accent sur la nécessité d'accorder la même valeur aux différentes formes de production du savoir :

« Ce qui me semble fonder une spécificité, ici, n'est donc pas l'importance accordée "à la pratique" ; mais bien plutôt ce qu'on pourrait appeler, avec Jacques Rancière, l'égalité des savoirs. C'est-à-dire, résister à la hiérarchie des savoirs qui domine dans la sphère scientifique (...). Cette hiérarchie présuppose l'autorité des savoirs discursifs et conceptuels sur les savoirs pratiques considérés comme mineurs et *objets* des savoirs légitimes. Il s'agit de lui opposer une « égalité des intelligences ²¹ ».

D'autre part, dans la continuité des apports théoriques de la phénoménologie et de la philosophie de l'expérience, mon travail s'appuie aussi sur la théorie non-

¹⁸ Cf. Le Performascope : <http://performascope.univ-grenoble-alpes.fr/fr/detail/177875>

¹⁹ GINOT Isabelle, « Inventer le métier », Recherches en danse, 1/2014, p.2.

²⁰ GINOT I., *ibid*, p.3.

²¹ GINOT I., *ibid*.

représentationnelle, dans la mesure où celle-ci met l'accent sur « l'étude de l'expérience humaine, les pratiques, la matérialité, l'incorporation et le rôle fondamental des processus plutôt que des résultats et des productions ». Élaborée dans les années 1990 par le géographe et chercheur britannique Nigel Thrift ²², la notion de non-représentationnel remet en cause la primauté de la pensée, de la représentation et de l'interprétation dans la conception d'un objet ou d'une recherche, pour favoriser l'action et l'expérience comme modes d'appréhension directs vecteurs de connaissance. Voici pour un premier soubassement intellectuel préfigurant cette étude. Rencontrons à présent la personne qui lui donne corps à mes côtés.

Une rencontre à la source, Beatriz Navarro

Danseuse, chorégraphe et praticienne somatique mexicaine, Beatriz Navarro arrive en France en 2014. Elle s'établit à Marseille pour y développer son travail de création et de transmission. Née en 1976 à Mexico, elle se forme à l'École Nationale de Danse Classique et Contemporaine de Mexico en tant qu'interprète jusqu'en 1998 et se certifie en éducation du mouvement somatique sous l'angle du Body Mind Movement bien plus tard, en 2012. Depuis 1998, elle danse pour différentes compagnies au Mexique puis en Europe, et devient co-directrice de la Cie d'arts de rue Onyrikon, basée à Marseille, Cie qu'elle intègre comme interprète dès sa fondation en 2015.

Elle intervient aussi en tant qu'éducatrice somatique pour des formations en anatomie expérientielle, notamment en écoles de danse. Son axe principal de recherche se situe autour des relations entre geste dansé et mouvement somatique, le mouvement étant selon elle un phénomène de perception et de connaissance, mêlant conscience, mémoire et présence ²³.

Nous nous rencontrons en 2018 par le biais d'une connaissance commune, dans un studio de danse de Marseille. Le partage de nos pratiques somatiques nous relie rapidement et je participe à l'un des stages de Body Mind Movement (BMM) donné par

²² THRIFT Nigel, *Non-representational Theory: Space, Politics, Affect*, Londres, Routledge, 2007.

²³ Cf. L'entretien entre Hugo MARBÁN DOMÍNGUEZ et Beatriz NAVARRO à propos de son travail : « Cuerpo Vivo, Cuerpo Transitorio. Volver a Casa es Volver al Cuerpo, *El arco entre dos muertas*, 2015.

Beatriz in situ. Depuis, nous tissons un lien amical comme affinitaire et nous rencontrons régulièrement pour pratiquer, danser et/ou partager nos expériences de vie.

En mai 2023, Beatriz me propose de rejoindre la compagnie qu'elle co-dirige avec son compagnon d'alors, Onyrikon, pour la prochaine création intitulée *Corde*. Elle pense à moi car elle recherche des « danseuses organiques » en lien avec l'authenticité et l'expressivité de leurs émotions, pour porter un travail autour des liens et de la diversité des rapports humains qu'ils font émerger. Il se trouve par ailleurs que ces axes constituent certains de mes fils de recherche depuis de nombreuses années, entre autres dans mon travail artistique.

En juin, suite à une longue conversation, je lui exprime ma joie qu'elle pense à moi pour cette création en même temps que ma déception de ne pouvoir en faire partie, m'engageant dans une reprise d'études universitaires. Dans cette idée, j'intègre le Master 2 Arts « Anthropologie des Arts Vivants » à l'Université Côte d'Azur. L'un des travaux demandés m'invite à recontacter Beatriz à l'automne afin de lui proposer une série d'entretiens pour le séminaire « Circulation des Savoirs du Corps » encadré par Sarah Andrieu et Federica Fratagnoli. Lorsque je lui soumets ma proposition, Beatriz me donne immédiatement son accord, et j'honore l'espace de confiance qui s'est tissé entre nous.

Beatriz formule que mon approche universitaire va pouvoir lui offrir « des reflets » d'elle qu'elle « ne connaît pas encore », ce qui pourrait en parallèle nourrir sa connaissance d'elle-même ainsi que son travail créatif. Le pacte ethnographique se conclut ainsi entre nous. De mon côté, je cherche à mener une étude dont l'incarnation somatique constituerait le cœur vivant, d'où mon élan vers Beatriz pour mener ce dossier, qui demande, par ailleurs, de s'intéresser à un.e artiste lié.e à un parcours de migration, dit « en circulation ».

Engagée dans un cursus rassemblant arts vivants et anthropologie, je décide peu-à-peu de m'intéresser à la façon dont les méthodes somatiques sous-tendent les processus de création artistique. Des questions comme : « Comment la pratique somatique vient-elle soutenir le processus créatif ? Comment le processus de création vient-il transformer la pratique somatique ? Comment les deux interagissent-ils ensemble ? Cette circulation

est-elle fructueuse et au service de la création ? » constituent une base de réflexion en vue de définir un sujet de mémoire.

Vers l'élaboration d'un sujet et la mise en œuvre d'un terrain, méandres

Au fil des entretiens, Beatriz Navarro m'apprend qu'elle vient d'un milieu populaire de Mexico, tout-à-fait éloigné de l'art et de la culture. C'est un milieu étouffant à l'époque pour elle, dont elle cherche à s'extraire dès l'adolescence. Découvrant par hasard la danse en passant la tête par la porte d'une salle de spectacle, elle décide d'en faire sa vie ²⁴. S'ensuit un parcours de combattante pour être admise à l'école nationale, qui lui permet de recevoir une formation, de faire réseau et de trouver son premier emploi en tant que danseuse-interprète. Elle passe ensuite une quinzaine d'années à danser avec diverses compagnies mexicaines avant de découvrir les méthodes somatiques par le biais de la pédagogue Jenet Tame.

Beatriz se trouve suffisamment désarçonnée par cette approche pour s'y plonger et se former pendant plusieurs années. Durant cette formation, elle rencontre un compagnon d'origine suisse vivant au Mexique, qu'elle suivra lors de son retour en Europe, en France. Il fonde peu après sa compagnie, Onyrikon, dans laquelle Beatriz s'illustre d'abord comme danseuse-interprète puis peu-à-peu aussi comme chorégraphe. De création en création, elle gagne en confiance dans sa capacité à imaginer, produire et soutenir les processus de création, qui se font depuis le début en dialogue avec son compagnon, et intègre peu à peu la place de co-direction à la tête de la Cie.

Suite à ces premiers entretiens, je propose à Beatriz de venir observer les résidences de création autour du spectacle *Corde* dont j'aurais pu être interprète. Dans mon idée, suivre le processus de création de ce spectacle pour y mesurer comment la technique somatique vient le supporter me semble être un terrain anthropologique judicieux pour

²⁴ Son parcours entre en résonance avec celui d'autres artistes dit.e.s « du Sud » dont celui du chorégraphe brésilien Volmir Cordeiro. Ce dernier relate un moment marquant l'ayant amené à choisir de se professionnaliser dans la danse, sur France Culture en janvier 2016 dans l'émission *Au singulier* : <https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/au-singulier/volmir-cordeiro-1-5-ce-dont-nous-sommes-faits-7254163>

le mémoire de Master. Beatriz ainsi que son compagnon me donnent leur accord en décembre 2023 et commencent à m'inclure dans le processus à partir de janvier 2024.

Je savais déjà à ce moment-là qu'un sujet est destiné à évoluer, se transformer voire se modifier radicalement à l'épreuve du terrain, mais je ne savais pas encore très bien comment il se redessinerait. En effet, je venais de faire cette expérience dès les premiers mois de mon parcours de Master à Nice, poursuivant depuis l'été un terrain qui s'est finalement avéré impossible à l'automne, celui de travailler en milieu autochtone auprès d'une communauté inuit dans le Grand Nord canadien, du côté de Kangiqsujuaq, au bord du Détroit de l'Hudson.

J'avais mené nombre de démarches depuis le début de l'été 2023 auprès de plusieurs institutions, centres de recherches et universités canadiennes pour trouver un point d'ancrage en vue de mener cette étude. J'ai fini par rencontrer des interlocutrices de grande qualité et de très bon conseil au sein du département des Études Nordiques de l'Université Laval à Québec ²⁵, qui m'ont permis d'évaluer la difficulté et finalement l'impossibilité de cette entreprise.

À l'automne 2023 donc, je prends bonne note de l'art des déconvenues qui semble ponctuer le travail de l'anthropologue et me vois dans l'obligation de réévaluer mon sujet comme mon enquête. Lorsque nous initions un premier entretien avec Beatriz en novembre, je viens tout juste d'acter que mon terrain initial ne se réalisera pas pour des raisons humaines, administratives et financières. Ce retour à la case départ conjoint à la demande d'écrire un dossier sur un.e artiste « en circulation » remet au premier plan mon lien avec la chorégraphe et notre appétence commune pour le soma.

À l'écoute de son parcours, je suis sensible aux enjeux de domination à l'œuvre, entre autres concernant le trinôme genre/classe/race, liés à son statut de femme, son milieu social modeste ainsi qu'à ses origines mexicaine et indigènes. La façon dont elle relate sa trajectoire sous la forme d'un combat pour la survie ainsi que la place prépondérante

²⁵ Lire à ce propos le travail de l'anthropologue Caroline HERVÉ, dont « Rencontre manquée dans l'Arctique. Colonialisme et conflits ontologiques sur le terrain », *Ethnographiques.org*, 39, 2020 ; ainsi que la thèse en cours de l'architecte-anthropologue Chloé LE MOUËL reliant espace bâti et relations sociales au Nunavik, avec qui un dialogue conjoint depuis nos recherches respectives s'engageait déjà au fil des conversations, avant l'arrêt du projet de terrain in situ.

qu'elle donne à l'appui somatique dans sa lutte pour gagner son indépendance, décider de ses choix par elle-même, ou encore aller vers l'inconnu et changer de territoire puis de pays, m'interpelle. Je résonne avec la façon dont l'approche somatique soutient son expérience intime, sociale et créative d'être au monde.

Je perçois chez elle un mouvement de l'ordre de la nécessité vitale, un engagement puissant envers soi-même pour survivre ainsi qu'une quête d'affirmation de soi profonde pour soutenir la validité d'exister et la création des liens, ce que Beatriz développera à plusieurs reprises dans nos échanges. Prenant acte que je me sens très en résonance avec ce que je perçois de sa sensibilité, je commence à mesurer que ce nouveau terrain va m'engager de façon très personnelle et profonde. Le travail réflexif sera donc d'une grande utilité pour favoriser distance et compréhension élargie des phénomènes observés avec empathie.

1.2. Anthropologie et approche somatique, un état des lieux

Des techniques du corps à l'anthropologie sensorielle

Les champs anthropologiques du corps, des sens, de la sensorialité et du soma sont des espaces de recherche de plus en plus investis depuis une trentaine d'années. Puisant dans l'histoire des sensibilités²⁶ et la sociologie, les anthropologues ont peu à peu inclus la part participante du corps et de la sensation comme des dimensions essentielles de la recherche ethnographique et de leur positionnement.

Cette tendance a trouvé un écho privilégié en Amérique du Nord, à partir des années 1990. Comme le souligne Marie-Luce Gélard à la suite de François Laplantine : « comment fonder une étude de l'altérité sans aborder ce qui en est l'essence même — l'appréhension sensorielle du monde ?²⁷ ». Les *Sensory Studies*²⁸ (portées par le laboratoire CONSERT – Concordia Sensoria Research Team, basé à l'Université

²⁶ Cf. Lucien FEBVRE, Alain CORBIN, Christophe GRANGER et plus récemment Anne VINCENT-BUFFAULT.

²⁷ LAPLANTINE François, « Le sensible et l'ethnographie », in Marie-Luce GÉLARD, *Les sens en mots*, Paris, Pétra, 2017, p.63.

²⁸ Cf. le site en ligne : sensorystudies.org

Concordia de Montréal) voient le jour en 1988. Il ne semble alors plus possible de faire l'impasse sur le corps et la sensorialité, directement mis en jeu dans la recherche anthropologique, à l'instar de ce qu'énonce l'historien Christophe Granger :

« brouillant les lectures qui opposent si facilement l'individuel et le collectif, le naturel et le social, la réalité et les représentations de la réalité, l'histoire des sens montre combien les pratiques sensorielles, produit d'une histoire sociale, comptent à leur tour parmi les grands principes de mise en ordre du monde ²⁹ ».

Lancée par le texte précurseur de Marcel Mauss, *Les Techniques du corps*, l'anthropologie vient rendre compte des manifestations et usages socio-culturels de celui-ci avant de se ramifier considérablement en ouvrant sur des travaux autour du geste ³⁰, du mouvement, ou encore du sensible.

De nombreuses études tentent de cerner le fonctionnement et la structuration des sens dans diverses cultures, à la suite de la phénoménologie de la perception exposée par Merleau-Ponty dès 1945. Cependant, en Europe, il faut attendre les années 2000 et l'avènement de l'anthropologie sensorielle pour que les sens deviennent un objet d'étude en soi. L'objectif de ce champ est de « comprendre comment les manifestations sensorielles nous renseignent sur la manière dont les individus utilisent les langages sensoriels comme outils de communication et d'information, et comme moyen d'être au monde ³¹ ».

Si « les perceptions sensorielles paraissent l'émanation de l'intimité la plus secrète du sujet, (...) elles n'en sont pas moins socialement et culturellement façonnées ³² ». Force est de constater que les modes perceptifs varient d'une société à l'autre et sont reliés à un ensemble de phénomènes sociaux. Ainsi, « ce n'est pas le réel que les hommes perçoivent mais déjà un monde de significations. Tout homme chemine dans un univers sensoriel lié à ce que son histoire personnelle a fait de son éducation ³³ », en plus du façonnage collectif à l'œuvre dans une société et une culture données.

²⁹ GRANGER Christophe, « Le monde comme perception », *XXe Siècle. Revue d'histoire* (123), 2014, p.10.

³⁰ Voir les travaux de Joël CANDAU, Charles GAUCHER et Arnaud HALLOY, « Présentation : gestes et cultures, un état des lieux », *Anthropologie et Sociétés*, (36/3), 2012.

³¹ GÉLARD Marie-Luce, « L'anthropologie sensorielle en France. Un champ en devenir ? », *L'Homme* (217), 2016, p.100.

³² LE BRETON David, « Pour une anthropologie des sens », *Vie sociale et traitements* (4), 2007, p.48.

³³ LE BRETON David, *ibid.*

Sensorialité, sensibilité et intellect, dépasser la dualité corps-esprit

« Les manifestations sensorielles sont à l'intersection d'enjeux méthodologiques et épistémologiques essentiels pour comprendre la manière dont les sociétés produisent leurs savoirs et donnent sens au sensible ³⁴ ». Partant du fait que « sensation, sentiment, intellect (...) sont d'emblée mêlés dans un processus de connaissance ³⁵ », il paraît clair que sens et cognition s'imbriquent pour rendre le monde intelligible, donnant lieu à des pratiques somatiques. Celles-ci, tout comme les réflexions autour des intrications entre sensible et intelligible, dépassent le dualisme corps-esprit construit en Occident de Platon à Descartes, par la philosophie, la religion et la science ³⁶.

Le philosophe et fondateur de la phénoménologie Maurice Merleau-Ponty souligne cet entrelacs corps-esprit dès le milieu du XXe siècle. Le chercheur brésilien Marcilio Souza Vieira le rappelle :

« La pensée du philosophe met en évidence des aspects fondamentaux pour la compréhension de ce qu'est le corps. Pour lui, le corps est une simultanéité de sujet et objet qui existent dans un espace-temps et qui servent de référence centrale au processus de perception. Cette simultanéité met en valeur l'aspect phénoménologique du corps, un corps sensible et intelligible, daté et situé dans l'espace, et qui traduit la sensibilité de l'être et toute la mémoire de l'expérience vécue ³⁷ ».

À sa suite, des anthropologues comme Philippe Descola³⁸ ou David Howes³⁹ posent comme intrinsèque la manière plurielle d'être au monde et appellent à étudier les sens en interaction et en intégration pour accéder à une compréhension globale du fonctionnement du « sensorium » - l'appareil perceptuel complet d'un être vivant. François Laplantine plaide quant à lui pour une « anthropologie modale » dans laquelle sensible et intelligible forment un continuum d'expérience d'être en vie. En cela, il rejoint les fondements des méthodes somatiques, basées sur le soma comme espace de subjectivation de l'expérience. Celles-ci proposent en effet des processus qui engagent

³⁴ DASSIÉ Véronique, FANLO Aude, GÉLARD Marie-Luce, ISNART Cyril, MOLLE Florent, *Collectes Sensorielles*, Paris, Pétra, « Univers sensoriels et sciences humaines », 2021.

³⁵ GÉLARD Marie-Luce & SIROST Olivier, « Corps et langage des sens », *Communications* (86), 2010.

³⁶ Cf. Anne CAZEMAJOU, « Corps et corporéité », Centre National de la Danse, 2005.

³⁷ SOUZA VIEIRA Marcilio, « Approches Somatiques du Corps dans la Danse », *Revista Brasileira de Estudos da Presença*, Porto Alegre, 2015, p.133-134.

³⁸ DESCOLA Philippe, *Par-delà nature et culture*, Paris, Gallimard, 2005.

³⁹ HOWES David, « L'esprit multisensoriel ou la modulation de la perception », *Communications* (86), 2010.

l'ensemble de l'être à tous ses niveaux (physique, émotionnel, sensible, mental, psychique, imaginaire...).

En affirmant que « l'individu ne prend conscience de soi qu'à travers le sentir, [qu']il éprouve son existence par les résonances sensorielles et perceptives qui ne cessent de le traverser ⁴⁰ », David Le Breton participe à cet élan de la recherche se situant dans un paradigme de la continuité plutôt que dans la dualité. Informés par tous nos sens dans un flux continu, nous faisons l'expérience directe que « la remise en cause des dualismes libère et offre la possibilité de comprendre (...) différentes manières d'être au monde et façons de l'habiter ⁴¹ ».

Anthropologie, soma et affects, les porosités induites par le terrain

La posture de l'anthropologue sur le terrain mérite d'être pensée en lien avec sa conscience du corps, son vécu sensible et celui des personnes avec lesquelles la relation s'élabore. Aussi mon expérience somatique semble-t-elle judicieuse pour initier un travail de recherche en anthropologie, afin de « sentir, ressentir et agir ⁴² » au plus près des individus observés, d'autant plus que l'étude porte sur le matériau somatique.

Néanmoins, la position « d'indigène » peut tout autant faire écran à la recherche par manque d'objectivation des données récoltées. Si le terrain s'avère trop proche, comment discerner le positionnement de la personne étudiée et le différencier du mien ? Comment circonscrire mon statut de danseuse et somaticienne de celui de chercheuse ? Quelles porosités et circulations permettre, favorisant l'observation participante, sans pour autant être complètement immergée, voire submergée ?

La position de chercheuse est aussi délicate que fragile, en témoigne les difficultés rencontrées par Anne Cazemajou sur son propre terrain : « *j'étais déjà l'indigène avant d'entreprendre mon projet de connaissance, j'étais déjà affectée, déjà « prise » malgré*

⁴⁰ LE BRETON David, « La conjugaison des sens », *Anthropologie et sociétés* (30/3), 2006, p.28.

⁴¹ GÉLARD Marie-Luce, *Les Sens en mots. Entretiens avec Joël Candau, Alain Corbin, David Howes, François Laplantine, David Le Breton et Georges Vigarello*. Paris, Pétra, 2017.

⁴² Cf. Titre français de l'ouvrage de référence sur le Body Mind Centering®, écrit par Bonnie BAINBRIDGE COHEN, *Sensing, feeling and action : the experiential anatomy of Body Mind Centering®*, 1993.

moi depuis plusieurs années. J'avais déjà franchi la ligne (p.29)⁴³ », confie-t-elle. Elle ajoute que la stratégie opérante pour enraciner son rôle de chercheuse et objectiver son point de vue a dû passer par l'extraction complète du terrain, à laquelle s'est ajouté du temps : « il a fallu, dans mon cas, laisser d'abord faire le travail du temps pour que je parvienne à me dégager de mes filets (p.29) ».

« Quitter le terrain n'est pas facile lorsqu'on est « affectée » à ce point. Pendant plusieurs mois, cette idée m'a obsédée au point que j'en rêvais la nuit. Il en a résulté un long processus de va-et-vient, d'alternance entre l'intérieur et l'extérieur, entre une posture de danseuse déjà décalée de son expérience sensible et une posture de chercheuse pas encore détachée du terrain (p.31) ».

Dans le cadre d'un terrain aussi proche que celui que j'ai choisi, toutes les confusions deviennent possibles et peuvent entraver la démarche scientifique qui veille à rendre compte de la validité des observations faites, comme des paroles recueillies. Cité par Cazemajou, Olivier de Sardan le mentionne très clairement, mettant en garde le chercheur :

« un excès d'implication subjective et sentimentale de l'anthropologue dans les croyances de ceux qu'il étudie aboutit souvent à présenter les croyances *vécues et perçues* par l'ethnologue-participant-séduit-et-enthousiaste comme étant celles-là mêmes *vécues et perçues* par les intéressés, oubliant par là à la fois les différences de position et de trajectoire entre l'ethnologue et ses sujets (illusion fusionnelle) et les pièges ou ruses d'un moi qui est loin d'être innocent, fidèle et transparent (illusion communicationnelle)... (p.35) ».

Mon choix de terrain s'avère donc périlleux. Il me demande une acuité particulière et nécessite un cadre méthodologique solide, afin d'éviter manques de distance et angles morts. Ceci étant, les notions d'affect et d'empathie fondent un riche terreau, un lieu d'où surgit un savoir précieux, suite à l'immersion in vivo puis l'infusion lente ex vivo. C'est cette connaissance profonde et incorporée de l'enquête qu'il s'agit aussi de mettre en mots.

L'affect sera ici défini sous l'angle philosophique comme :

⁴³ CAZEMAJOU Anne, *Le travail de yoga en cours de danse contemporaine. Analyse anthropologique de l'expérience corporelle*, Université Blaise Pascal - Clermont-Ferrand II, 2010. Toutes les citations suivantes en sont extraites, sauf mention contraire.

« une sensation ou un sentiment, souvent provoqué par le monde extérieur, qui génère une transformation de l'état de l'individu. Cette transformation s'observe notamment sur le plan de la capacité et de la volonté d'un individu à agir dans le monde. Si le sens courant oppose l'affect à l'intellect, cette distinction est parfois remise en question pour englober tout événement à même de modifier les comportements ⁴⁴ ».

Jeanne Favret-Saada incarne cette posture dans sa recherche sur la sorcellerie au cœur du bocage mayennais ⁴⁵. Elle détaille l'évolution de sa place d'anthropologue et appelle à un changement de paradigme dans un article qui fait date, intitulé « Être affecté ⁴⁶ ». Elle y décrit la façon dont son terrain ne lui a pas laissé d'autre choix que d'« être prise (p.5) », de se laisser ensorceler pour entrer dans l'univers des personnes enquêtées. Cette expérience a radicalement modifié ses comportements, sa vision du travail d'enquête comme sa positionnalité ⁴⁷ en tant que scientifique.

Selon elle, il est nécessaire de s'appuyer sur « les aspects non verbaux et involontaires de l'expérience humaine (p.8) », d'accepter d'être « débordé par une situation et/ou par ses propres affects (p.8) », « malléable, modifié par l'expérience de terrain (p.9) ». Elle insiste sur le fait que l'analyse et la connaissance ne peuvent se faire sur le terrain. Lorsque celles-ci pourront se déployer, il est éthiquement nécessaire d'être prêt.e à ce qu'elles fassent « craquer les certitudes scientifiques les mieux établies (p.9) ».

Ainsi, le terrain devient un espace physique et psychique d'exposition pleine de l'anthropologue immergé.e dans son sujet, même si le fait d'être affecté.e n'implique pas de s'identifier au point-de-vue « indigène ». Pour en retirer une connaissance valide, la chercheuse se doit de « prendre le risque de "participer" ou d'en être affecté (p.9) ».

La place de l'empathie

Cette notion est ici envisagée comme « l'aptitude d'une personne à s'identifier à autrui dans un acte de compréhension et de ressenti partagé ⁴⁸ ». La chercheuse Marie Mianowski précise qu'elle « n'est pas une façon d'éprouver les émotions de son ou de

⁴⁴ Cf. Le Performascope : <https://performance-lab.huma-num.fr/fr/detail/177809>

⁴⁵ Cf. FAVRET-SAADA Jeanne, *Les Mots, la Mort, les Sorts : la sorcellerie dans le bocage*, Gallimard, 1977.

⁴⁶ FAVRET-SAADA Jeanne, « Être affecté », *Gradhiva* (8), 1990. Toutes les citations suivantes en sont extraites, sauf mention contraire.

⁴⁷ Cf. Définition provenant du Performascope : <https://performance-lab.huma-num.fr/fr/detail/177871>

⁴⁸ Cf. Autre définition tirée du Performascope <https://performance-lab.huma-num.fr/fr/detail/177821>

sa partenaire ; cela n'est pas une manière de souffrir avec cette personne, mais de comprendre ce qu'elle ressent tout en gardant une certaine distance émotionnelle. En revanche par le déplacement qu'elle induit, l'empathie opère un décentrement qui crée une dynamique hors de soi et élargit le champ de la compréhension du monde ⁴⁹ ». Laplantine parlerait de « décentration » pour nommer ce phénomène de déplacement de ses propres percepts et concepts afin d'accueillir et résonner avec ceux de l'autre.

L'enquête menée par Magali Sizorn ⁵⁰ est à ce sujet édifiante. Étant elle-même chercheuse-pratiquante, elle part du postulat d'une « expérience partagée » pour appréhender la vision des enquêtés. C'est ainsi qu'elle élabore l' « ethnographie d'une pratique en mouvement (p.2) » dans laquelle elle observe une activité et le sens qu'elle a pour les personnes concernées, mais aussi les « effets induits par [sa] présence (p.3) ». Ceci affecte directement sa façon de mener son étude :

« le statut que définissaient pour moi mes interlocuteurs, ainsi que les motifs d'action qu'ils m'attribuaient, instaurent, d'une certaine manière, une distance que je devais atténuer. Ma recherche s'est alors inscrite dans une temporalité plus lente, dans une manière d'aborder mon terrain plus « flottante » peut-être aussi (p.4) ».

À cette transformation de la temporalité de l'enquête s'ajoute une donnée essentielle pour l'élaboration scientifique des savoirs, le fait que Sizorn pointe « le corps comme lieu de l'expérience ethnographique (p.5) », soulignant qu'il :

« est ainsi progressivement devenu dépositaire de notes de terrain qu'il a ensuite fallu mettre en mots, en analysant, de manière réflexive, ce cheminement physique, le rapport au corps développé, en lien avec les discours recueillis et les autres observations réalisées. Participant de ce qu'on pourrait qualifier de connaissance empathique de la pratique, ces savoirs corporels ont amélioré la manière dont je « participais » aux entretiens et au recueil des récits de vie (p.5) ».

Ses réflexions s'avèrent être un véritable support pour l'enquête menée, dans laquelle je me situe aussi en tant que chercheuse et pratiquante somatique pour étudier un parcours de vie sous l'angle du corps vécu.

⁴⁹ MIANOWSKI Marie, « Narration », *Performascope : Lexique interdisciplinaire des performances et de la recherche-crédation*, Grenoble : Université Grenoble Alpes, 2021.

⁵⁰ SIZORN Magali, « Expérience partagée, empathie et construction des savoirs », publié dans le *Journal des anthropologues* (114-115), 2008. Toutes les citations suivantes en sont extraites, sauf mention contraire.

2. Somatiques, vous avez dit somatiques ?

*« L'expérience de ma chair comme support de ma perception m'a appris que la perception n'apparaît pas n'importe où, mais qu'elle émerge dans l'intimité d'un corps ⁵¹ »
Maurice Merleau-Ponty*

2.1 L'invention d'une approche, du XIXe siècle à aujourd'hui

Une (re)connaissance problématique

Les méthodes somatiques semblent encore d'un abord mystérieux pour le quidam européen (à l'inverse de l'Amérique du Nord), reposant sur une confusion concernant le terme « somatique » lui-même. Il est défini comme venant : « du grec *sômatikós* "corporel", adj. Relatif au corps dans sa dimension physique, par opposition à sa dimension psychique ⁵² ». Ce faisant, Le Robert opère le dualisme bien connu en Occident depuis l'Antiquité grecque, qui perdure jusqu'à nos jours : celui opposant le corps à l'esprit. Les pratiques somatiques, comme bien d'autres courants de recherches, invitent depuis plus d'un siècle à le dépasser.

Si l'on cherche à « soma », on obtient une définition non moins parcellaire par rapport aux approches développées dans cette étude. Le terme apparaît uniquement sous forme préfixale dans le wiktionnaire ⁵³ : « du grec "sôma", préf. Qui se rapporte au corps humain ». On le trouve sous forme nominale sur le site du CNRTL ⁵⁴, mais avec une définition spécifiquement biologique fortement restrictive par rapport à l'usage qui en sera fait dans ce travail : « n.m. Ensemble des cellules de l'organisme, à l'exclusion des cellules reproductrices ».

L'impasse est donc totale sur ce que sont les techniques somatiques, tout comme sur la façon dont elles irriguent les courants de pensées et les pratiques en arts, en science,

⁵¹ MERLEAU-PONTY Maurice, *Le Visible et l'Invisible*, Gallimard, 1988, p.21.

⁵² Dictionnaire Le Robert en ligne, <https://dictionnaire.lerobert.com/>

⁵³ Le dictionnaire en ligne proposé par Wikipédia, <https://fr.wiktionary.org/>

⁵⁴ Centre National de Ressources Textuelles et Lexicales, <https://www.cnrtl.fr/>

dans la thérapie, le soin ou encore les modes d'apprentissage, depuis leur invention en Occident à la fin du XIXe siècle.

Ces pratiques préexistent à la terminologie et la conceptualisation qui vont les rassembler et les définir dans les années 1970. Elles émergent de façon empirique à partir de besoins particuliers face à des réponses de soin inadaptées ou incomplètes. Il ne sera pas question ici d'aborder des méthodes somatiques traditionnelles multiséculaires, quand bien même elles sous-tendent et ont permis en partie l'émergence de ces techniques récentes. Les entrelacs d'une telle continuité mériteraient un travail de recherche en soi. Nous nous concentrerons ici sur l'invention des somatiques dites « modernes », à l'aune des XIXe et XXe siècles.

L'émergence d'un champ nouveau

C'est en 1970 que le philosophe américain Thomas Hanna pose pour la première fois le terme « somatique » afin de désigner l'expérience du corps « tel qu'il est perçu de l'intérieur, une perception à la première personne ⁵⁵ ». Cette perception devient un champ exploratoire qui permet « d'observer ce qui se passe, d'y être engagé, d'y être présent ⁵⁶ ». Cette visée se situe au cœur des approches somatiques, qui développent non plus la conscience du corps vu de l'extérieur mais celle du soma, d'une observation de son propre corps vécu de l'intérieur, en direct de soi, avec tout ce qui le constitue, le meut et l'émeut.

Hanna oppose corps et soma, le premier représentant une donnée perçue du dehors, objectivée, et le second, une expérience multisensorielle, sensible, mentale et intellectuelle appréhendée directement par le sujet. Le soma devient donc l'appréhension consciente de soi reliée à son corps, incluse dans l'ensemble de l'univers perceptif du sujet. Les méthodes somatiques explorent cette perception directe opérée par le soma ; cette perspective transforme le rapport à soi, aux autres et au monde dans le champ de la connaissance au fil du XXe siècle.

⁵⁵ HANNA Thomas, « Qu'est-ce que la somatique ? », *Recherches en danse*, Traductions, Paris, 2017, p.1.

⁵⁶ JAY Laurence, « Pratiques somatiques et écologie corporelle », *Sociétés* (125), 2014, p.108.

Hanna affirme que les « somatics » sont « un apprentissage qui développe l'étendue de l'activité et de la perception du soma humain. En conséquence, plus nous apprenons de cette façon et plus l'éventail de choix conscient et le potentiel d'adaptation à l'environnement seront larges⁵⁷ ». La spécialiste en éducation somatique Laurence Jay se situe dans cette continuité et postule qu'un des éléments-clés de ces méthodes consiste à penser que plus la personne développe son rapport à ses perceptions, plus elle va avoir conscience de celles-ci et mieux appréhender son propre fonctionnement, à la fois global et dans le détail.

Le passage de la perception de la 3^e à la 1^e personne induit un changement radical de paradigme. Il ouvre des portes permettant d'accéder à une conscience de soi issue de l'expérience directe, et donc à la subjectivation. Sylvie Fortin, enseignante en approches critiques et socioculturelles du corps et de la danse à l'UQAM (Université du Québec à Montréal), le souligne :

« le soma, étant perçu intérieurement, se distingue catégoriquement d'un corps, non pas parce que le sujet est différent mais parce que le point de vue est différent : il s'agit de la proprioception immédiate – un mode sensoriel qui fournit des données uniques. Cette distinction entre corps et soma ne peut pas être considérée comme un simple point de vue rhétorique car elle a des implications sur la façon dont la somatique est perçue et a évolué dans différents pays⁵⁸ ».

Jay ajoute qu'à partir de cette connaissance, qui lui permet d'approfondir sa relation à lui-même, le sujet va pouvoir développer des formes interactionnelles d'autant plus fines avec les autres soma ainsi qu'avec son environnement direct (le milieu dans lequel il vit) et indirect (le monde à plus grande échelle).

L'approche somatique entretient donc une visée épistémologique autour des possibles du sujet. En cela, c'est un espace qui travaille et soutient la relation, et ce à tous les niveaux. Selon Jay, le soma est « un corps vécu *en relation*, en interaction avec lui-même, le milieu physique, le milieu humain, le monde dans toutes ses acceptations⁵⁹ ».

⁵⁷ HANNA T., *ibid.* p.9.

⁵⁸ FORTIN Sylvie, « Living in Movement: Development of Somatic Practices in Different Cultures », *Journal of Dance Education*, vol.2 (4), 2002, p.128.

⁵⁹ JAY L., *ibid.*, p.107.

Sa définition rejoint celle de la chercheuse en danse Carla Bottiglieri qui envisage ces méthodes comme une « conscience du corps en mouvement dans son environnement ⁶⁰ ». Elle met en relief l'apprentissage, non plus de techniques du corps (Marcel Mauss) mais de techniques de soi, en référence à Michel Foucault⁶¹, comme « espace de cultivation » du soma, visant à créer de l'espace entre le corps prescrit, social, normé et le corps ressenti, vécu, singularisé. La définition de Bottiglieri souligne la force de la subjectivation à partir de l'idée de mouvement. Il s'agit du mouvement du corps comme de celui de l'esprit, de la pensée, de l'imagination ; du changement des perceptions qui induit celui des représentations, le tout chevillé aux sensations.

Un faisceau de définitions complémentaires

Entrelaçons. Les « somatiques » définies par Hanna recouvrent un ensemble d'approches exploratoires et expérientielles, à visée heuristique, du corps en mouvement et en relation. Son exploration se fonde sur l'écoute des sensations et des perceptions d'un sujet incarné qui s'envisage depuis son intériorité, se vivant comme une entité complète intégrant tous ses éléments (corps, esprit, affects...). Le mode perceptif et son expérimentation constituent l'élément premier de cette recherche et permettent de développer conscience, subjectivation et intersubjectivité.

Cette approche empirique se déploie en relation avec tout le vivant, qu'il soit humain ou non, ainsi qu'avec le milieu dans lequel se trouve l'agent.e explorant. Les expérimentations donnent lieu à l'élaboration collective de pratiques qui s'inventent, se transmettent et continuent à évoluer au fil des usages, des besoins et des finalités. Les méthodes somatiques sont présentes dans les domaines de l'art, particulièrement de la danse contemporaine mais aussi dans le cirque et le théâtre, le soin, le champ social, la recherche scientifique, l'éducation et la thérapie.

Isabelle Ginot vient étoffer cette synthèse en proposant la définition suivante :

« Souvent connues du grand public comme « douces » ou « alternatives », ces méthodes (Alexander, Feldenkrais, Eutonnie, Rolfing, relaxation, Gymnastique holistique, Body-Mind

⁶⁰ BOTTIGLIERI Carla, « Un zeste de...#1, Histoire des somatiques », conférence vidéo, Contredanse, 2020.

⁶¹ FOUCAULT Michel, *Dits et écrits*, tome 4, texte n° 363, Gallimard, 1994.

Centering... parmi d'autres) ont en commun de prendre au sérieux la question de l'état de corps – même si ce terme apparaît peu dans leur vocabulaire. Elles se sont développées à partir de la fin du XIXe siècle, en parallèle et en marge de la science expérimentale et des mutations que celle-ci a entraînées sur les représentations du corps.

C'est Thomas Hanna (« What is Somatics », dans Don H. Johnson, *Bone, Breath & Gesture*, North Atlantic Books, 1995), praticien somatique et philosophe, qui a dans les années soixante-dix proposé de les regrouper sous un terme générique afin de souligner leurs principes communs : une conception holistique du sujet (où corps, pensée, affects, émotions sont indissociables), un *instrumentarium* savant de techniques manuelles et tactiles, une place centrale accordée à l'expérience subjective. Marginalisées par les savoirs dominants sur le corps, elles s'immiscent cependant dans les mêmes espaces sociaux : médecine (ou paramédical), éducation, sport, sphère de l'art, et sphère du loisir et du bien-être.

Elles puisent dans des champs de connaissance multiples, qui vont de l'anatomie, la biomécanique, la biologie, les neurosciences, à la philosophie, la psychologie, les théories de l'évolution... et aussi à des degrés divers dans des cultures orientales, sur des modes syncrétiques s'approchant parfois d'une conception new age. Enfin, et surtout, dans un très vaste répertoire de savoirs empiriques sur le corps, le geste, la perception et les relations intercorporelles⁶² ».

Afin de montrer la diversité d'approche de ces méthodes, elle ajoute :

« certaines travaillent à partir d'une cartographie des tissus et de leurs caractéristiques biologiques – fascias, muscles, peau, os, viscères – et pensent le changement du geste et de la posture primordialement à partir des changements conduits dans ces tissus ; d'autres [...] s'appuient avant tout sur la construction des coordinations, soit la façon dont chacun de nous a appris (et peut réapprendre) à composer ses gestes dans l'espace et le temps jusqu'à ce que ce répertoire de nouvelles habitudes gestuelles compose la texture même de sa vie, et garde la plasticité nécessaire pour des changements ultérieurs. D'autres encore privilégient le travail sur la perception... Elles se pratiquent en séances collectives ou individuelles, passent très souvent par un travail sur le toucher (un des nombreux tabous concernant le corps en Occident), se définissent soit comme « éducatives » soit comme « thérapeutiques », ou encore les deux à la fois...⁶³ ».

Si Thomas Hanna les a rassemblées au-delà de leur hétérogénéité apparente, c'est pour en souligner les points communs, Ginot en rappelle trois :

⁶² GINOT Isabelle, « Les pratiques somatiques et leurs usages sociaux », *Spirale* (242), 2012, p.58.

⁶³ Cf. Isabelle GINOT, citée dans *Pour un Atlas des Figures* : <https://www.pourunatlasdesfigures.net/element/pratiques-somatiques>

« 1- les pratiques somatiques se définissent par un travail sur le corps vécu (« le corps à la 1re personne ») et non un corps objectif ; 2- elles considèrent toujours le sujet comme indissociablement lié à son contexte et à son expérience ; 3- le paradigme holistique exige l'abandon de toute causalité linéaire ⁶⁴ ».

D'autres caractéristiques les rassemblent, dont :

« un caractère investigatif. En d'autres termes, elles sont fondées sur l'approfondissement de la perception corporelle autant comme clé de la transformation des schémas de mouvement et des attitudes motrices, que pour la connaissance de soi. Sur le plan méthodologique, ce sont des approches qui privilégient le processus, en se concentrant sur le *comment faire* (les mécanismes, les impulsions, les sensations, les intentions) plutôt que sur le *ce qui est fait* ⁶⁵ ».

Le chercheur en phénoménologie, danse et processus de création à l'Université Fédérale du Rio Grande do Norte (UFRN) Marcilio Souza Vieira précise aussi qu'elles mobilisent :

« l'usage ciblé de l'attention et de la concentration et impliquent des compétences telles qu'observer, ressentir, percevoir, nommer, différencier, comparer, interpréter, chercher des variations, parmi d'autres qui contribuent à ramener au niveau de la conscience des actions qui pourraient facilement passer inaperçues (...). Ainsi, il est possible de dire que, au cœur des propositions des techniques somatiques, se trouve le développement de la conscience de soi en mouvement dans l'espace, ayant pour but de faciliter la construction d'une sensation de confort et de bien-être ⁶⁶ ».

Le soma est donc envisagé comme un « processus incarné de conscience intérieure et de communication ⁶⁷ ». Dans cette idée, Beatriz Navarro en propose sa vision ainsi que l'utilisation qu'elle en fait dans sa vie. Selon elle, la méthode somatique permet de construire :

« une grille depuis laquelle je peux me lire et je peux affirmer ce que je sens, à faire un lien entre l'émotion et le physique, les signes, les gestes physiques, entre l'émotionnel, le geste physique et les choses que je pense... Les choses que je pense, que je sens et que je fais, c'est pas toujours connecté, donc la somatique me permet, quelques fois, dans les meilleurs moments, de

⁶⁴ GINOT I, *ibid.*

⁶⁵ SOUZA VIEIRA Marcilio, « Approches Somatiques du Corps dans la Danse », *Revista Brasileira de Estudos da Presença*, Porto Alegre, 2015, p.132.

⁶⁶ SOUZA VIEIRA M., *ibid.*

⁶⁷ GREEN Jill, « Somatic Knowledge: the body as content and methodology in dance », *Journal of Dance Education*, vol. 2 (4), 2002, p.114.

comprendre la distance qu'il y a entre les choses que je pense et celles que je fais. Et donc je dirais, de m'accorder et de témoigner la distance, mes propres distances à l'intérieur⁶⁸ ».

Ayant intégré les somatiques à son quotidien depuis une vingtaine d'années, elle témoigne de leur importance dans sa vie. Cette approche semble lui fournir une base concrète pour accéder à des formes de compréhension d'elle-même, de clarté et de cohérence depuis la prise en compte de ses sensations. Elle ajoute :

« très intimement, ça irrigue ma confiance dans mes perceptions. Je peux faire confiance qu'à partir de mes gestes physiologiques, je peux comprendre, je peux croire dans mes émotions. Et même si mes émotions sont loin de mon intention ou de ce que je voudrais, je me dis... Bah, je reste à l'endroit du geste car il me semble que c'est plus réel, que ce que je peux projeter ou penser comment je voudrais que soient les choses ou les relations ou le monde. Parce que si je ne peux pas m'engager depuis le corps dans une relation avec le monde, même si je veux le faire, aujourd'hui pour moi c'est impossible, si ce n'est pas le corps qui est au centre de cette relation ».

La danseuse-chorégraphe s'appuie sur la méthode somatique pour *s'engager depuis le corps dans une relation avec le monde*. Ce faisant, elle utilise son savoir somatique pour écouter ses perceptions et clarifier ses intentions, ce qui semble avoir pour effet de l'aider à s'unifier et s'orienter dans ses choix.

Créées au départ pour des besoins de soin et d'auto-guérison, elles ont essaimé en une cinquantaine d'années vers le milieu artistique puis vers d'autres domaines plus axés sur le thérapeutique, l'éducatif, le social et la recherche à travers le monde. Cette diffusion opère malgré le fait qu'elles se fondent sur une démarche expérimentale et expérientielle qui va à l'encontre des pratiques en milieu institutionnel (hôpital, conservatoire, service social...). Ces techniques favorisent une conscience réflexive basée sur les sentis et ressentis, la confiance en ses propres perceptions, le fait de cheminer en découvrant ses propres voies d'apprentissage, ainsi qu'une attention portée au processus plutôt qu'au résultat.

⁶⁸ NAVARRO Beatriz, Entretien 1 (Cf. Annexes). Toutes les citations suivantes en sont extraites, sauf mention contraire.

Limites et horizons des pratiques somatiques

La tentative définitoire effectuée ci-dessus montre la difficulté de catégoriser et circonscrire ces techniques du corps, ce qui joue souvent en leur défaveur, pour des raisons à la fois endo et exogènes. Elle-même praticienne en méthode Feldenkrais, Isabelle Ginot en dresse un portrait critique, se rapportant à la construction de leur discours et leur impact sociétal :

« Les pratiques somatiques sont des techniques corporelles souvent situées à la croisée des arts gestuels, de la thérapie et du bien-être. Savoirs « mineurs » par excellence, elles se développent marginalement aux savoirs institutionnels du corps et à leurs pratiques (sportives, médicales, voire artistique), et pourtant toujours aussi en dialogue ou en écho avec ceux-ci. Ce dialogue, souhaité ou imposé, est freiné par une double contrainte : d'une part, la nature potentiellement et profondément critique des pratiques somatiques vis-à-vis des modèles dominants et des paradigmes rarement questionnés qui les organisent. D'autre part, la difficulté des pratiques somatiques à articuler leur propre discours, et à expliciter ces ruptures épistémologiques et différences de paradigmes ⁶⁹ ».

Partant du corps, de la sensation et basées sur la démarche empirique,

« les méthodes somatiques, comme à peu près tout ce qui relève des pratiques corporelles, souffrent d'un important retard théorique, et ne sont pas tout à fait libérées d'une doxa tenace : ce qui relève du sentir échapperait à jamais au langage. Retard théorique, pourtant, ne signifie pas "absence de langage" ou de discours, et les besoins de la publicité, de la formation, ou tout simplement des échanges entre praticiens, sont des lieux de productions discursives intenses ⁷⁰ ».

Ginot montre aussi qu' « au-delà des savoirs "scientifiques" qui soutiennent l'élaboration de la technique et abondent dans les textes s'efforçant de justifier celle-ci, une telle pratique est délimitée par un horizon culturel, conceptuel et politique profondément interdisciplinaire ⁷¹ ».

⁶⁹ GINOT Isabelle, présentation du séminaire doctoral « Histoire des idées et épistémologie des pratiques somatiques : l'exemple Feldenkrais », Université Paris 8, 2011.

⁷⁰ GINOT Isabelle, « Discours, techniques du corps et technocorps », À l'[a'r]encontre de la danse contemporaine : porosités et résistances, sous la dir. de Paule GIOFFREDI, L'Harmattan, coll. « Le corps en question », 2009, p.3.

⁷¹ GINOT Isabelle, présentation du séminaire doctoral « Histoire des idées et épistémologie des pratiques somatiques : l'exemple Feldenkrais », Université Paris 8, 2011.

Ces méthodes souffrent d'un manque de reconnaissance car elles fonctionnent sur un paradigme pluridisciplinaire là où les catégorisations occidentales des savoirs et des pratiques cloisonnent des champs que les somatiques entrelacent. Liant anatomie, physiologie, biologie, neurologie, psychologie, empirisme, subjectivité et réflexivité, pratiques et médecines orientales (yoga, tai chi, qi gong, méditation zen, ayurveda, médecine chinoise...), elles n'offrent souvent pas de validation scientifique suffisante des savoirs ni des techniques qu'elles transmettent. Seul.e.s les personnes qui les pratiquent peuvent en valider les bienfaits, à partir de leur expérience propre.

Aussi, il n'est pas rare que ces pratiques recherchent plusieurs formes de légitimisation. Ginot en souligne deux : l'une provenant du rattachement aux données scientifiques, l'autre s'appuyant sur les retours des pratiquant.e.s.

« je relèverai deux figures particulières, parce qu'elles sont à la fois dominantes et apparemment antinomiques : la première est celle du discours scientifique, et la seconde, celle du récit d'expérience. Un enjeu principal de cette rhétorique est de légitimer les pratiques, et les discours prennent souvent l'allure de productions de « preuves » : il s'agit toujours, peu ou prou, de se défendre des possibles (et en effet fréquents) soupçons de charlatanisme en démontrant le sérieux, le travail, et la « vérificabilité » de la méthode ⁷² (p.3) ».

La chercheuse met en avant ce paradoxe entre expérience subjective et preuve scientifique :

« Si la pratique somatique met l'accent constitutivement sur le sentir et son expérience fondamentalement singulière, il s'agit par ailleurs d'affirmer sa valeur à partir du grand dispositif de vérité de notre culture, la science. Il n'est pas une méthode somatique "moderne", à ma connaissance, qui ne tente ce rapprochement (p.3) ».

La science sert de cadre de référence à ces approches pour appuyer leur légitimité, d'autant plus que « la méthode réussirait là où la science (ou la médecine) aurait échoué (p.4) ». Cependant, faire tenir ensemble discours scientifique, références endogènes et vécu singulier constituent une gageure qui fragilise ces pratiques. Selon Ginot

⁷² GINOT Isabelle, « Discours, techniques du corps et technocorps », À l'[a'r]encontre de la danse contemporaine : porosités et résistances, sous la dir. de Paule GIOFFREDI, L'Harmattan, coll. « Le corps en question », 2009. Toutes les citations suivantes en proviennent, sauf mention contraire.

cependant, cet ensemble permettrait de contenir l'expérience et fournir un cadre aux expérimentations :

« Alors que la pratique somatique ne cesse de mettre en évidence les écarts, la nature immatérielle et indéfiniment fictionnaire du sentir, le discours scientifique viendrait inscrire cette expérience parfois vertigineuse de l'individu dans un schéma plus large, apparemment stable et généralisable. Il s'agirait donc bien de croire dans la nature "scientifique", universelle et "prouvable" de mon expérience, afin de donner un horizon stable, durable et commun, à l'expérience instable et singulière que je traverse dans l'instant de l'expérience d'une séance (p.6) ».

La science servirait donc de validation en tant que croyance-support pour appuyer l'expérimentation du sujet. Ginot va plus loin en pointant la fermeture de ces pratiques sur elles-mêmes et les impasses d'une telle posture :

« Détachés de leur contexte d'incorporation (embodiment), les discours somatiques sont aimantés par l'universel ; ils courent chargés des poids d'innombrables idéologies : le naturel (voire l'animal), le transcendant (voire le religieux), la différence biologique des sexes, les hiérarchies culturelles. Ils couvrent le monde de leur tautologie, ignorent ce qui leur est étranger, créent un système de référence centré sur lui-même (p.13) ».

La chercheuse remet en cause le « discours endogène » produit par les fondatrices de ces pratiques et demande à ce qu'il se confronte au réel et aux enjeux sociaux. Car si les approches somatiques peinent à trouver leur légitimité au regard de la société, elles n'en sont pas moins des lieux d'exploration et d'incarnation essentiels car questionnant les normes et les usages. En remettant le sujet au centre et facilitant les différents types de relation dont interpersonnelles, les somatiques sont des espaces précieux car heuristiques, de prise de conscience de soi, de déconstruction, et d'intersubjectivités.

Conjointement à cela, elles constituent des pratiques dites d'*empowerment* (de reprise de pouvoir sur soi, d'affirmation et d'autonomisation à l'échelle individuelle comme collective). Cet aspect, bien qu'absent de leurs discours, apparaît dans les résultats et pose une direction politique, même si leurs fondatrices ne la portent pas. Ginot en appelle ainsi à oser « risquer le politique (p.16) ». Partageant une expérience d'ateliers de méthode Feldenkrais avec des groupes socialement marginalisés (personnes vivant avec le VIH et le VHC, cumulant souvent exclusion et précarité), la chercheuse en vient

à « reconnaître la puissance politique et collective de ces savoirs “à la première personne”⁷³ (p.243) ». Elle témoigne :

« les infinies explorations de la « prise de conscience » – forme d’érudition perceptive qui est au cœur de toutes les approches somatiques – prenaient ici une importance nouvelle, parce qu’elles permettaient de restaurer la valeur que l’on s’accorde à soi-même : sentir le poids, les contacts avec le sol, les mobilités retrouvées, c’est aussi retrouver son autorité sur soi-même (...). La pratique somatique permet, d’une part, de construire une forme d’expertise de ses propres sensations et, d’autre part, d’affirmer la légitimité de cette expérience, qui ne remplace pas les savoirs dits objectifs, mais se situe “à la même hauteur” et a la même valeur (p.243) ».

Suite à cette expérience menée en institutions spécialisées entre 2008 et 2013, Ginot conclut : « Cette invention empirique et locale d’une forme d’*open source* somatique était un outil émancipateur et un contre-pouvoir simples et puissants vis-à-vis de l’autorité médicale (p.244) ». Cette expérimentation au long cours confirme mon intuition que les méthodes somatiques sont des leviers politiques et qu’elles méritent de s’impliquer dans le champ social. Cette visée permet aussi d’orienter et d’informer le parcours singulier de Beatriz Navarro.

2.2. Un foisonnement d’approches centrées sur le corps : contexte d’émergence et évolution

De Platon à Merleau-Ponty, une histoire de la théorisation du corps

Afin de clarifier la vision occidentale du corps, opérons un rapide balayage de cette construction socio-culturelle. Comme le signale Anne Cazemajou : « si “le corps” s’impose a priori avec l’évidence d’une catégorie universelle, stable et univoque, force est de constater qu’il échappe pourtant dès qu’on essaie de le saisir et d’en dire quelque chose⁷⁴ (p.1) ».

⁷³ GINOT Isabelle, « Apprendre à transgresser. Pour des pratiques somatiques critiques et socialement engagées », *Communications* (115/2), 2024. Toutes les citations suivantes en proviennent, sauf mention contraire.

⁷⁴ CAZEMAJOU Anne, « Corps et corporéité », Centre National de la Danse, 2005. Toutes les citations suivantes en proviennent, sauf mention contraire.

Avec l'Antiquité grecque et Platon se constitue une première vision du corps, placé d'emblée inférieur à l'esprit. S'impose une « pensée binaire qui va constituer deux ordres de réalités - la réalité sensible et la réalité intelligible -, avec son cortège de dualités qui s'inscrivent notamment dans l'opposition fondamentale de l'être et du paraître (p.1) ». Selon Platon, seul l'esprit peut atteindre le réel, tandis que le corps « trouble l'âme et l'empêche, chaque fois qu'elle a commerce avec lui, d'acquiescer à la vérité et pensée ⁷⁵ ».

Le christianisme renforce cette vision dépréciative, le corps devenant un objet de tentation et d'impulsions qu'il faut domestiquer. Avec les progrès de l'anatomie via l'apparition de la dissection à la Renaissance, le regard change. Le corps devient un objet d'étude et s'en trouve chosifié. Descartes et Leibniz en font une « machine », le comparant à un « mécanisme d'horlogerie ». À partir du XVII^e siècle, le corps est « entièrement rationalisé (p.1) ».

La sociologie s'y confronte à partir du début du XX^e siècle avec Marcel Mauss, qui le voit lui aussi comme un outil : « Le corps est le premier et le plus naturel instrument de l'homme (p.1) », argue-t-il. Les *techniques du corps* recouvrent « les façons dont les hommes, société par société, d'une façon traditionnelle, savent se servir de leur corps (p.1) ». Pour Mauss, le corps est avant tout produit par le monde social et le milieu. Au courant du XX^e siècle, Maurice Merleau-Ponty en propose une perception différente, mettant en avant le corps comme « être au monde ». Le concepteur de la phénoménologie pose en premier lieu « la question de la perception et du savoir-sentir (p.1) ». Il réunit l'âme et le corps en une seule et indivisible entité : « Le corps est pour l'âme son espace natal et la matrice de tout autre espace existant ⁷⁶ ».

Au rationalisme, il préfère « la présence perceptive au monde » et replace le sujet au premier plan, défendant qu'« il n'y a de savoir que "par contact et par position", en vertu de notre indéniable participation au monde (p.2) ». Le philosophe est l'un des premiers à penser l'être-corps en le nommant « corporéité », ainsi met-il en lumière une « pensée corporelle ». La danse contemporaine s'appuiera sur ce changement de

⁷⁵ Cf. Platon, *Phédon*, traduction par Léon Robin, Les Belles Lettres, 1926 (*Œuvres complètes de Platon*, tome IV, 1^{re} partie, p. 1-103), 66b : [https://fr.wikisource.org/wiki/Ph%C3%A9don_\(trad._Robin\)](https://fr.wikisource.org/wiki/Ph%C3%A9don_(trad._Robin))

⁷⁶ Merleau-Ponty Maurice, *L'Œil et l'esprit*, Gallimard, 1964, p.54.

paradigme pour faire de la corporéité le lieu de l'expérience singulière du danseur. Cazemajou précise que :

« Laurence Louppe développe l'idée du corps comme "matière de soi", évoquant dans la *Poétique de la Danse Contemporaine* "cette rupture épistémologique apportée par la danse contemporaine qui veut que le corps, et surtout le corps en mouvement, soit à la fois le sujet, l'objet et l'outil de son propre savoir (p.13) " ⁷⁷ (p.2) ».

Ainsi, danses moderne puis contemporaine s'entrelacent aux pratiques somatiques, et ce dès leur apparition.

La première vague, fin du XIXe siècle en Europe

Ces approches émergent durant la seconde moitié du XIXe siècle, en Europe et aux États-Unis. Les pionniers les plus connus en sont François Delsarte (1811-1871), F.M. Alexander (1869-1955), Mabel E. Todd (1880-1956), Gerda Alexander (1908-1994), Ida Rolfing (1896-1979) ou encore Moshe Feldenkrais (1904-1984). Le contexte scientifique, médical comme artistique de l'époque facilite leur surgissement car il est à l'ouverture des recherches sur le corps, l'esprit, la compréhension de leur fonctionnement et de leur libération – à l'instar de la naissance de la psychologie comme discipline scientifique ou de l'invention de la psychanalyse par Sigmund Freud (1856-1939) dans les années 1910.

Gymnastique et culture physique deviennent des pratiques importantes, aussi bien dans le domaine sportif, médical, militaire qu'artistique, promouvant un corps sain dans la logique de la pensée vitaliste⁷⁸, alors très en vogue. La philosophie existentielle et la phénoménologie, à l'image d'un John Dewey (1859-1952) ou d'un Rudolf Steiner (1861-1925), participent aussi à favoriser une approche expérientielle, qui s'épanouit entre autres dans les domaines éducatif et créatif.

L'art chorégraphique profite de cette émulation et la transporte dans la société. La danse libre, initiée par Loïe Fuller (1862-1928) et Isadora Duncan (1877-1927), se propage à partir de la fin du XIXe siècle, en opposition au ballet classique. Celle-ci

⁷⁷ CAZEMAJOU A., *ibid.*, citant Laurence LOUPPE, *Poétique de la danse contemporaine*, Contredanse, 2001.

⁷⁸ Cf. sa définition dans l'Encyclopædia Universalis : <https://www.universalis.fr/encyclopedie/vitalisme/>

recherche l'expérience sensorielle et sensible du mouvement, la libération du souffle, de l'élan et du geste.

Cette première révolution des corps dansants permet l'émergence de la danse moderne dans les années 1920. Elle promeut l'expressivité des corps, donnant priorité aux émotions, continuant à briser les codes de la danse classique, toute en retenue formelle. Rudolf Laban (1879-1958), Mary Wigman (1886-1973) ou encore Martha Graham (1894-1991) en sont d'illustres représentant.e.s. En parallèle, l'époque est à l'orientalisme. Cette mode révèle au monde occidental des techniques autres de maîtrise du corps et de l'esprit, telles le yoga et les arts martiaux, qui vont inspirer les artistes comme les explorateurices en thérapie corporelle.

Ce contexte de subjectivation et d'expérimentation d'états psychosomatiques se déploie de pair avec la génération des pionniers du soma dont le père fondateur est sûrement François Delsarte (1811-1871), qui influence tout un courant de conquête de soi. Ses recherches participent à l'émergence de la danse libre comme moderne, mais aussi de tout un ensemble de techniques somatiques pour la santé de l'artiste.

Ténor à l'Opéra-Comique de Paris, Delsarte perd la voix et ne parvient pas à se guérir avec les méthodes médicales existantes. Aussi décide-t-il de se rééduquer par lui-même à partir d'observations sur son propre corps. Cela l'amène à développer une pédagogie expérimentale qui aboutit à un ensemble d'exercices précis. Ceux-ci auront une influence importante pour l'expressivité dans l'art vocal et oratoire, comme dans le mouvement dansé. Sa renommée deviendra internationale⁷⁹.

L'apparition des somatiques profite de ce contexte de grande émulation, portée par un précurseur reconnu. Elles sont alors conçues par des artistes, des pédagogues ou des professionnels engagés dans le mouvement pour parer à des difficultés physiques ou des blessures là où la médecine conventionnelle fait défaut. Prenant appui sur des connaissances biomécaniques, physiologiques, anatomiques mais aussi sur l'expérimentation et le vécu de l'individu, elles mettent au jour une approche nouvelle, holistique, prenant en compte la relation corps-esprit-environnement.

⁷⁹ Cf. Franck WAILLE, *Corps, arts et spiritualité chez François Delsarte (1811-1871). Des interactions dynamiques*, thèse de doctorat en histoire, Lyon, Université Lyon 3, 2009.

Les vagues suivantes, essaimage et diffusion dans les pays du Nord

Ces pionniers forment à leur tour une deuxième génération de somaticien.ne.s qui essaime durant les années 1960-70, principalement aux États-Unis, dans un contexte socio-politique particulièrement contestataire. Cette période voit émerger une contre-culture importante en réponse aux choix politiques du pays. L'opposition à la Guerre du Vietnam, les mouvements étudiants, la lutte des noir.e.s américain.e.s pour leurs droits ainsi que les revendications féministes reflètent l'immense besoin d'affranchissement de la jeunesse américaine face au modèle traditionnel. Tous ces courants de rébellion se battent pour l'acquisition de nouveaux droits et de libertés (refus du service militaire, *Black Power*, droit à l'avortement...) ⁸⁰.

Le terreau est aussi fertile pour les recherches sur le corps et les états de conscience modifiés, en lien avec le mouvement psychédélique. Celui-ci s'appuie sur l'usage de drogues comme outils de modification des perceptions à visée épistémologique de libération des corps et des esprits. La perspective subjectivante et émancipatrice proposée par les somatiques se trouve en grande convergence avec ces besoins de changement, elles en bénéficient pour orienter leurs voies exploratoires.

C'est dans ce contexte qu'est créé l'Institut Esalen en Californie. Il promeut l'expérimentation et la transmission d'une multitude d'approches psychocorporelles, qui vont du yoga à la méditation transcendantale en passant par la danse libre. Ce lieu devient un creuset de rencontres et de recherches autour du corps-esprit. Il favorise la pratique comme la pensée sur les somatiques, portées par les philosophes et praticiens du mouvement Thomas Hanna et Don Hanlon Johnson ⁸¹, avant que le champ en lui-même soit défini et nommé par Hanna à la fin des années 1970.

Les deux décennies suivantes voient le développement et l'intégration des différentes techniques somatiques dans les domaines éducatif, thérapeutique, psychologique et

⁸⁰ Cf. NOUAILHAT Yves-Henri, *Les États-Unis de 1917 à nos jours*, Armand Colin, 2009.

⁸¹ Cf. consulter l'ouvrage de référence édité par D.H. JOHNSON : JOHNSON Don Hanlon, *Bone, breath & gesture : practices of embodiment* (Ser. Io, no. 51), North Atlantic Books, 1995.

artistique, particulièrement en Amérique du Nord⁸². À partir des années 1990 s'ouvre l'ère des pratiques idiosyncratiques issues de plusieurs méthodes somatiques originales.

En parallèle, la recherche universitaire nord-américaine s'empare de ce champ et des projets collaboratifs voient le jour dans les années 2000 entre universités anglophones (Canada, États-Unis, Australie et Nouvelle-Zélande)⁸³. Les pratiques somatiques s'y enracinent, sont enseignées dans les cursus en arts (danse, théâtre, performance...) et incluses à des travaux de recherche.

Au cours du XXe siècle, les approches se multiplient (Ideokinesis, Gymnastique Holistique, Technique Alexander, Méthode Feldenkrais, Eutonnie, Body Mind Centering®, Anatomie Expérientielle, Rolfing, Body Mind Movement, Continuum, AFCMD – Analyse Fonctionnelle du Corps dans le Mouvement Dansé, Munz Floor...) et sont adoptées par de nombreux.ses artistes, spécialistes et pédagogues du corps en mouvement⁸⁴.

Elles sont présentes en danse contemporaine pour parer aux blessures (AFCMD), mais aussi comme outil d'expérimentation comme dans le contact-improvisation (cf. Nancy Stark Smith, Steve Paxton, Lisa Nelson), le mouvement authentique (Janet Adler, Andrea Olsen), la danse post-moderne américaine et la composition instantanée (John Cage, Anna Halprin...). On les retrouve aussi pour faciliter les techniques de jeu en théâtre, la pratique musicale et chantée, ou encore la récupération physique en cirque.

Ces approches soutiennent de nombreux artistes dans leurs processus de création, grâce à l'ouverture sensorielle et sensible qu'elles proposent. Depuis les années 1970, des spectacles et performances reposent sur la mise en œuvre de processus somatiques rendus visibles pour le public, sous des formes parfois interactives ou participatives⁸⁵.

⁸² MANGIONE Michelle, *The origins and evolution of somatics: Entretiens avec cinq contributeurs importants dans le domaine*, Thèse de doctorat, Université d'État de l'Ohio, 1993.

⁸³ FORTIN Sylvie, « Living in Movement: Development of Somatic Practices in Different Cultures », *Journal of Dance Education*, vol.2 (4), 2002, p.128.

⁸⁴ BOTTIGLIERI Carla, « Un zeste de...#1, Histoire des somatiques », conférence vidéo, Contredanse, 2020.

⁸⁵ Cf. les performances de Simone FORTI, Yvonne RAINER ou Trisha BROWN.

3. La fabrique d'un savoir anthropologique : sujet, terrain, méthodes

« L'objet (...) se construit dans le même temps que sa connaissance s'élabore ⁸⁶ ».
Francis Affergan

3.1. Situer le problème : enjeux rencontrés à la base de l'enquête

Les circonvolutions d'un sujet en lien avec celles de son terrain

L'aspiration à reprendre un cursus universitaire en anthropologie est motivé par le souhait premier de mettre en perspective un savoir expérientiel personnel en optant pour le décentrement par le biais d'une étude menée sur un terrain « lointain » ⁸⁷. Jetée hors de mes référents socio-culturels, l'objectif était de mesurer « par contraste » les façons dont la conscience et l'expérience de soi se vivent dans un autre système de représentation, en l'occurrence dans une communauté inuit du Grand Nord canadien.

Une telle recherche s'étant révélée inenvisageable, je décide de conserver mon sujet autour des pratiques somatiques en la ciblant sur un terrain « proche ». Je recentre donc mon étude autour des liens entre méthode somatique et processus de création artistique, en accompagnant le prochain spectacle d'une Cie de danse et d'arts de rues. C'est par l'intermédiaire de Beatriz Navarro, sa chorégraphe et co-directrice, que je parviens à « être acceptée » dans le cercle de la Cie et présente durant les temps de travail autour de la prochaine pièce.

La Cie est au début du processus de création et lorsque je le rejoins, elle est en phase de recrutement de la dernière danseuse. Je rencontre les quatre protagonistes de mon étude : le musicien et co-directeur de la compagnie ainsi que les trois danseuses, dont l'une est aussi la chorégraphe, à l'instigation de cette nouvelle pièce (Beatriz). La création débute à l'automne 2023 et se trouve émaillée de plusieurs sessions de

⁸⁶ AFFERGAN Francis, *Construire le savoir anthropologique*, PUF, 1999, p.7.

⁸⁷ Cf. GHASARIAN Christian (éd.), *De l'ethnographie à l'anthropologie réflexive. Nouveaux terrains, nouvelles pratiques, nouveaux enjeux*, Paris, Armand Colin, coll. « U », 2002, p. 5-29.

résidences selon les subventions et les réponses données par les structures accueillantes, les partenaires et les co-productions. La première du futur spectacle est prévue pour juin 2025.

La Cie a alors une visibilité sur 8 mois concernant les temps de résidences, c'est une vision à court terme, Onyrikon attendant encore des réponses dans un contexte culturel français en crise. En janvier 2024, 6 résidences sont confirmées jusqu'au mois d'août de la même année et 2 sont encore en attente, pour un total de 35 à 45 jours de travail autour du spectacle. Les deux co-directeurices ont par ailleurs mené en amont une recherche expérimentale autour du matériel du spectacle, avec plusieurs groupes de participant.e.s, au Mexique (mars et décembre 2023) ainsi qu'en Tunisie (mai 2023). Ils font le choix de processus de création longs, qui peuvent s'étaler sur 2 ans, afin de se donner le temps d'expérimenter et de mûrir le fond et la forme du spectacle à venir.

Participant aux résidences à partir de janvier 2024, je m'intègre rapidement et découvre le fonctionnement en interne. À ce moment-là, les co-directeurices sont en couple et cheminent depuis environ 1 an vers ce qui deviendra une rupture. Ils se sépareront courant 2024, ce qui aura une incidence sur la création mais aussi sur ma présence en tant qu'observatrice.

J'arrive dans un moment de crise, par le biais de l'une des protagonistes et suis perçue comme une alliée de celle-ci, ce qui semble fragiliser son partenaire. Cela aboutit au fait que je doive moduler ma présence lors des temps de résidence, à la demande du co-directeur de la compagnie. Après négociations, nous finissons par trouver un accord qui me permet d'être présente les 2/3 du temps.

Bifurcations problématiques, sous le sceau de la nécessité

Ce réajustement imprévu fragilise ma position de chercheuse sur le terrain et m'oblige à le réévaluer. Je crains de manquer de matière pour mener une étude satisfaisante. De plus, les mois passent et la compagnie n'obtient pas toutes les résidences demandées, elle n'en mènera finalement pas entre septembre et décembre 2024. Cette nouvelle s'avère être un problème pour ma recherche dans la mesure où je dois clore mon enquête commencée en janvier 2024 au plus tard en janvier 2025.

Comment aboutir à un mémoire de Master 2 cohérent si mon terrain se suspend à partir du mois d'août 2024 ?

Au fil de ces changements, je vérifie l'affirmation de Jean-Pierre Olivier de Sardan qui souligne que « l'enquête de terrain ne peut s'apprendre dans un manuel ⁸⁸ (p.2) ». C'est effectivement la confrontation au réel qui m'oblige à réviser mon projet et à réajuster mon sujet tout en ne perdant pas de vue ce que je veux réellement traiter. Subtil jeu d'équilibre entre des tensions parfois contraires, à l'image des cordes tirées dans le spectacle étudié.

Olivier de Sardan met l'accent sur le « caractère 'initiatique' du terrain (p.2) », qui « procède à coups d'intuition, d'improvisation et de bricolage (p.3) », ce à quoi je me frotte dans la pratique, faisant avec les nombreux imprévus rencontrés tant au niveau humain que logistique, naviguant à vue aux côtés des artistes, et réévaluant mon approche au fur et à mesure des informations reçues.

C'est dans cette idée qu'au printemps 2024, je pense sérieusement à recentrer mon travail de mémoire autour de la figure de Beatriz, que je connais bien, avec qui j'échange autour des somatiques depuis plusieurs années et qui soutient ma démarche de recherche depuis le début. Je lui en parle en avril. Beatriz est ouverte à devenir le sujet principal de mon étude. J'annonce la reconfiguration de ma recherche aux membres de la Cie en juin, ce qui est accepté par le groupe, sans que cela soit très facile à annoncer pour moi car j'ai mené plusieurs entretiens avec le musicien et une des danseuses. Ils m'ont fourni temps et énergie pour un travail qui les déplace finalement à la périphérie.

Ce faisant, j'apprends des aléas de la recherche, des constants réajustements. Les implicites, attitudes, réactions, situations, ressentis, frictions, échanges sur le terrain irriguent et transforment peu à peu, de façon souvent imperceptible et profonde mon sujet, ma connaissance du milieu observé, ma posture et ma réflexivité.

« Il faut avoir dû souvent improviser avec maladresse pour devenir peu à peu capable d'improviser avec habileté. Il faut, sur le terrain, avoir perdu du temps, beaucoup de temps,

⁸⁸ OLIVIER DE SARDAN Jean-Pierre, « La politique du terrain », *Enquête*, 1/1995. Toutes les citations suivantes en proviennent, sauf mention contraire.

énormément de temps, pour comprendre que ces temps morts étaient des temps nécessaires (p.2-3) ».

C'est en effet l'une des leçons que je tire de cette plongée anthropologique, qui résonne aussi avec mes expérimentations somatiques, lentes, longues, dans l'acceptation parfois de ne plus savoir ce qui est cherché. Ainsi en est-il par moments de l'élaboration de la pensée et de sa mise en œuvre écrite. Ce processus est peut-être finalement l'un des chemins possibles, voire inévitables, de la compréhension d'un phénomène, de la création du sens et d'une production scientifique.

De déconvenues en désarrois, j'appréhende la condition de la chercheuse, la nécessaire adaptabilité, les modes d'accueil, d'écoute, de conciliation, de gestion de ma présence, entre quasi-invisibilité, attention flottante, présence de biais ou franche, participations, dont artistique, technique ou logistique, retraits, absences. Au fil de l'enquête, je mesure une partie des usages informels qui conditionnent la production du savoir anthropologique depuis la notion du « sous-terrain » élaborée par Marc Abelès⁸⁹. Sa perspective met en lumière les jeux de pouvoir sous-jacents à l'œuvre dans le cadre d'une enquête anthropologique. L'anthropologue est en demande d'informations détenues par les personnes observées, ce qui implique tout un système d'échanges et parfois de rapports de force, qui demande de développer des stratégies pour mener à bien l'enquête.

Cela induit des négociations implicites ou explicites ainsi qu'une forme plus ou moins élaborée de contractualisation de la relation entre la chercheuse et les enquêtés.e.s. C'est aussi dans cette mesure que j'observe comment je suis vue, accueillie, utilisée et placée, selon les circonstances et les besoins ; la façon dont ma place varie, me permettant de goûter à sa précarité, même au sein d'un milieu proche et incluant, dont je connais pourtant les codes.

⁸⁹ ABÉLÈS Marc, « Le terrain et le sous-terrain », C. GHASARIAN (dir.), *De l'ethnographie à l'anthropologie réflexive. Nouveaux terrains, nouvelles pratiques, nouveaux enjeux*, Paris, Armand Colin, 2002, p. 35-42.

Vers l'étude de cas, et (de) son cas de conscience

Toutes ces circonvolutions m'amènent à clarifier un sujet définitif en juin 2024 : il s'agira de l'étude d'un cas, celui de Beatriz Navarro, danseuse-chorégraphe et praticienne somatique mexicaine « en circulation », résidant en France depuis 10 ans. La recherche consistera à étudier la place des méthodes somatiques dans son parcours personnel et professionnel, avec l'objectif de montrer l'influence de ces techniques aussi bien dans sa vie que dans son art, dans sa vision du monde et dans son action au cœur de celui-ci. Je poursuis ainsi en l'orientant l'idée de départ qui sous-tend ma reprise d'études : informer dans quelle mesure les somatiques peuvent être des leviers politiques favorisant la déconstruction, l'émancipation et la création, à partir d'une échelle individuelle.

Proposer à une amie de devenir sujet d'étude expose à plusieurs dangers. Ce choix me situe dans une très grande proximité et en très grande empathie avec ma recherche, et me fait prendre le risque de fortes collusions entre mon sujet et mes conceptions personnelles. Il peut renforcer mes biais interprétatifs, m'empêchant de différencier mon système de représentation de celui de mon « informatrice », problématique largement reconnue et débattue dans les sciences sociales, particulièrement en anthropologie.

En choisissant d'étudier un milieu connu, je prends aussi le risque de l'« encligage »⁹⁰ (p.20) », de me conformer aux points de vue de ma « clique adoptive (p.20) », déjà intégrés pour une bonne part de par mon expérience relativement assidue des milieux du spectacle vivant professionnel au niveau local ou national en France au XXI^e siècle, autrement dit des compagnies subventionnées.

Aussi, en tant que chercheuse impliquée sur un terrain « proche », je me dois de questionner ma propre subjectivité, ce « facteur personnel » ainsi que le nomme Olivier de Sardan, afin d'« évaluer [mes] propres affects et de témoigner sur les modalités de [mon] implication personnelle (p.21) ». Et ce afin d'éviter de fausser l'enquête. Mon objectif étant que les données fournies et réfléchies soient scientifiques et exploitables,

⁹⁰ OLIVIER DE SARDAN Jean-Pierre, « La politique du terrain », *Enquête*, 1995/1. Toutes les citations suivantes en proviennent, sauf mention contraire.

je dois « expliciter ‘d’où [je] parle’ » tout comme « ‘d’où [je] produis mes données’ et comment (p.22) », clarification opérée en ouverture du mémoire.

Cette explicitation préliminaire, dont les derniers points méthodologiques vont être éclaircis, doit permettre de mettre à distance et d’observer avec acuité « les pressions incessantes des stéréotypes et des idéologies (p.22) » qui m’habitent en tant que chercheuse, ainsi que les « opérations permanentes de ‘mise en scène’ (p.22) » émanant de mes interlocuteurs et de moi-même durant l’enquête. Sizorn le rappelle aussi. L’objectif est de proposer un « regard sur » au plus proche de l’univers de sens de la personne observée. La conscience des biais inévitables rencontrés lors de la recherche doit permettre de conserver une nécessaire vigilance envers mon système de pensée et ma manière d’élaborer des données, de façon à garantir le caractère scientifique de la production finale.

Aussi, ma démarche se fonde sur l’approche interprétative chère à Marc Augé et celle expérientielle de Johannes Fabian ⁹¹. Il s’agira d’un côté, de déconstruire mes propres « fictions » pour analyser les discours et les représentations de Beatriz sans y projeter mes propres cadres de référence et d’un autre, d’être pleinement engagée dans la traversée de cette expérience anthropologique dialogique comme dans l’émergence des savoirs qui en découlent. Dans cette visée, Jean-Guy A. Goulet rappelle que le savoir anthropologique est une co-construction.

J’opère ici un mouvement inverse à la plupart des recherches en anthropologie dans la mesure où je choisis d’étudier un milieu proche et connu ⁹². Olivier de Sardan cite Evans-Pritchard pour souligner qu’un chercheur peut estimer son terrain terminé lorsqu’il « se dit capable de raisonner dans la logique de ceux qu’il étudie ». Ici, je pars du postulat que je partage un univers intellectuel et sensible proche de celui du cas étudié, que je suis donc capable de raisonner dans sa logique. Mon intérêt va au contraire à mettre à jour des subtilités, décalages, différences, divergences et décentrages invisibles au

⁹¹ Cf. GOULET Jean-Guy A., « Trois manières d’être sur le terrain : une brève histoire des conceptions de l’intersubjectivité », *Anthropologie et Sociétés* (35/3), 2011, p. 107–125.

⁹² Citons les travaux de l’anthropologue Anne CAZEMAJOU autour du yoga (op.cit.) ou encore ceux du sociologue Pierre-Emmanuel SORIGNET sur son parcours en compagnie de danse contemporaine, qui se situent aussi sur un terrain « proche » (SORIGNET Pierre-Emmanuel, *Danser. Enquête dans les coulisses d’une vocation*, Paris, La découverte, « Textes à l’appui / enquête de terrain », 2010).

premier abord, dans la confiance qu'ils émergeront et seront matière à révéler et approfondir les façons dont la méthode somatique peut être une matière singulière, intime, sociale et politique.

Un dernier point, et non des moindres. Cette étude repose sur une relation amicale. Le risque consenti ici est que ce travail transforme la relation elle-même, avec la possibilité de l'enrichir mais aussi de l'abîmer, ce qu'à titre personnel je souhaite le moins du monde. C'est donc à l'image d'une équilibriste que j'avance sur ce terrain (glissant). Mais quel terrain anthropologique ne l'est pas ? À l'aune de l'expérience de mes pairs : imprévisibilité, adaptabilité et sérendipité sont des critères largement vérifiés à la base d'une véritable recherche scientifique.

Cadre spatio-temporel et supports de l'enquête

Une des spécificités de mon terrain repose sur le fait qu'il est morcelé et discontinu, dépendant des moments de résidences de la Cie, tout comme de la disponibilité de ses membres en dehors. Recentré sur le parcours de Beatriz, il s'est déroulé sur 13 mois, de début janvier 2024 à fin janvier 2025. Il a été constitué de 7 sessions de résidence et de présentations d'étapes de travail en France et en Suisse, assortis de journées de trajets et de préparations pour un total de 61 jours, le tout entre janvier et juillet 2024. Il a aussi comporté un séjour de 25 jours de recherche au Mexique en janvier 2025. Le carnet de terrain s'est majoritairement élaboré durant ces 86 jours.

Un ensemble de 10 entretiens allant de 1h30 à 3h chacun, mobilisant 3 personnes différentes, a été réalisé sur un total de 20 jours de préparation et de mise en œuvre. Évaluer les temps d'échanges informels oraux comme écrits durant ces 13 mois semble délicat. Cependant, envisager une quarantaine de jours rassemblant, discussions, prises de rendez-vous, conciliations diverses, reformulations et clarifications, synthèses, relances et continuations de conversations, prises de nouvelles, participations conjointes à des événements annexes... paraît être une base minimale. L'enquête menée s'est donc accomplie durant un minimum de 146 jours, soit un peu plus de 4 mois 1/2 en cumulé.

3.2. Borner le problème : méthodologies et corpus

L'observation participante, récolte de données par imprégnation

Tout au long de cette enquête de terrain, je me suis trouvé dans différentes situations de l'ordre de l'observation et de l'interaction. C'est d'ailleurs par l'observation que ma problématique initiale a pu « se modifier, se déplacer ⁹³ (p.4) » et se resserrer autour d'une étude de cas. Ainsi que le note Olivier de Sardan,

« l'observation n'est pas le coloriage d'un dessin préalablement tracé : c'est l'épreuve du réel auquel une curiosité préprogrammée est soumise. Toute la compétence du chercheur de terrain est de pouvoir observer ce à quoi il n'était pas préparé (alors que l'on sait combien forte est la propension ordinaire à ne découvrir que ce à quoi l'on s'attend) et d'être en mesure de produire les données qui l'obligeront à modifier ses propres hypothèses (p.4) ».

C'est par l'expérience, la répétition et l'imprégnation, de résidences collectives en rendez-vous individuels sur une durée longue, que je retire un ensemble de données exploitables. Celles-ci ont été consignées au fur et à mesure dans un carnet de terrain, qui témoigne lui-même de l'évolution de mon regard au fil de l'enquête dans la façon dont les données se sont progressivement organisées.

J'ai trouvé difficile de savoir comment et quoi noter, et ai vécu ces temps d'écriture comme autant d'expériences d'observation externes qu'internes, m'observant dans mes propres choix de restitution. Si « les observations du chercheur sont structurées par ce qu'il cherche, par son langage, sa problématique, sa formation, sa personnalité (p.4) », j'entretiens l'espoir que les données recueillies et la façon de les traiter permettront de « l'emporter au moins partiellement sur [mes] préjugés et [mes] affects (sinon aucune science sociale empirique ne serait possible) (p.4) ». Aussi, ai-je élaboré un carnet de terrain tapuscrit par résidence suivie. Il tente de traduire à la fois mes observations, autant « flottantes⁹⁴ » que dirigées en tant que témoin mais aussi, a posteriori, les moments et situations d'interaction dans lesquels j'ai été impliquée.

⁹³ OLIVIER DE SARDAN J-P., « La politique du terrain », *Enquête*, 1995/1, p.4. Toutes les citations suivantes en proviennent, sauf mention contraire.

⁹⁴ PÉTONNET Colette, « L'Observation flottante. L'exemple d'un cimetière parisien », *L'Homme*, 1982, tome 22 n°4, Études d'anthropologie urbaine, p.37-47.

Comme le rappelle Olivier de Sardan, le chercheur est « en permanence immergé dans des relations sociales verbales et non verbales, simples et complexes : conversations, bavardages, jeux, étiquette, sollicitations, etc. (p.5.) ». En participant à la vie de la Cie puis à celle de Beatriz en France et au Mexique, j'ai observé en vivant. Ce vécu s'est imprimé sous forme de traces plus ou moins conscientes dans ma subjectivité. « Cette maîtrise qu'un chercheur acquiert du système de sens du groupe auprès de qui il enquête s'acquiert pour une grande part inconsciemment, comme une langue, par la pratique (p.6) » confirme Olivier de Sardan.

Toute la difficulté repose sur la manière de remobiliser ces données enregistrées dans le corps et la mémoire, de leur donner forme dans le carnet de terrain puis sens dans la production scientifique du savoir. Comment « transformer les interactions pertinentes en données (p.5) » ? Cette question reste ouverte et soumise à l'appréciation des lectorices de ce travail.

Dans la majorité des cas, les données ont été tapuscrites, à deux exceptions près où j'ai utilisé l'enregistrement vocal lorsque je n'avais pas d'autres supports sur le moment, surtout dans les tâtonnements méthodologiques et logistiques du début. Dans le cas des entretiens, j'ai pris des notes manuscrites pendant leur déroulement, de façon à orienter les questions, revenir sur des points nommés mais non développés, déterminer des sujets d'entretien d'explicitation et lister des éléments à chercher de mon côté.

Pendant les moments d'observation, j'ai pris quelques photos et vidéos, avec l'accord des personnes concernées. Suite aux différentes résidences, j'ai aussi demandé aux directeurices artistiques des photos et vidéos de travail sur le spectacle *Corde* ainsi que sur celui d'*Urdimbre*, dont il sera question plus tard. Mes notes et recensions associées aux documents récoltés durant le terrain se situent aujourd'hui autour de 200 pages.

Les entretiens et leurs modalités

« Les représentations des acteurs locaux sont un élément indispensable de toute compréhension du social. Rendre compte du « point de vue » de l'acteur est la grande ambition de l'anthropologie. L'entretien reste un moyen privilégié, souvent le plus économique, pour produire des données discursives donnant accès aux représentations émiqnes (p.6) ».

Au cours des 13 mois d'enquête, j'ai pu mener 10 entretiens. Quatre avec une danseuse de la création en cours, deux avec le co-directeur et musicien de la compagnie, quatre avec Beatriz Navarro. Aucun.e des enquêté.e.s n'est de langue française native, ce qui a généré des spécificités au niveau des échanges, afin de clarifier nos paroles respectives et de s'assurer d'une bonne compréhension mutuelle. Tous ces temps d'échange se sont déroulés en français et ont pris des formes différentes selon mes interlocuteurices et les besoins de l'enquête. Ils sont subdivisés en récits de vie, entretiens compréhensifs, semi-directifs et d'explicitation.

Ils ont été filmés et enregistrés sous forme audio, dans l'idée de conserver deux traces si l'une s'avère caduque, le matériel audio ou vidéo pouvant dysfonctionner pendant le déroulement de l'échange sans que l'on s'en aperçoive. Un seul entretien n'a pu qu'être enregistré en audio. M'adaptant aux enquêté.e.s, j'ai ajusté les cadres d'échange avec chacun.e, aussi bien concernant l'espace interactionnel, les modes de prises de rendez-vous, les choix formels d'entretiens que dans les attitudes verbales et non verbales durant ceux-ci.

J'ai donc mené 4 entretiens avec Beatriz Navarro entre novembre 2023 et janvier 2025. Je me suis aussi entretenue avec Naoko I., danseuse dans la pièce *Corde*. Nous avons effectué 4 entretiens (récit de vie, compréhensif, semi-directif) pour un total de 6h. Naoko étant de langue native japonaise et arrivée depuis seulement quelques années en France, une attention particulière était portée à ne pas trop la fatiguer, tout en soutenant son désir de parler et de s'explicitier en français. Enfin, je me suis entretenue à deux reprises avec Juri Cainero (récit de vie, compréhensif, semi-directif) pour un total de 5h. Juri est de langue native italienne, mais de par son enfance passée en Suisse, il manie très bien le français, avec des spécificités idiomatiques propre à sa langue première. L'échange était donc facilité mais les incompréhensions moins repérables.

Les entretiens ont eu lieu dans des espaces divers : des appartements, un studio de danse, une bibliothèque et un camion. Ces 20h d'échange ont ensuite été tapuscrites, travail aussi riche que laborieux qui a pris environ 120 heures (1h d'entretien = 6h de restitution écrite).

À côté de ces moments privilégiés d'échanges formalisés, de très nombreuses situations informelles se sont déployées sous formes de conversations, bavardages, partages d'activités (sorties spectacle, dîners, cafés, cours de danse, trajets en bus, en métro, visites de lieux, fêtes...), qui se sont révélées être des sources d'informations précieuses pour saisir des référents sociaux et culturels, des segments d'expérience directe, des conceptions personnelles ainsi que des fragments de vie non abordés lors des entretiens. N'ayant pas eu tout de suite le réflexe de les prendre en note, certaines de ces interactions demeurent sous la forme impalpable de souvenirs.

Les supports théoriques, une perspective diachronique transdisciplinaire

En tant qu'exploratrice du mouvement, danseuse et praticienne somatique expérimentée ainsi qu'anthropologue novice, j'ai élaboré une bibliographie transversale en vue de mener cette étude. Celle-ci tient de mon parcours (lettres, arts, danse, somatiques) comme de mon angle d'attaque du terrain (anthropologique). Mes références théoriques croisent ainsi plusieurs champs disciplinaires tels l'art, l'anthropologie, l'histoire, la sociologie, la philosophie, les études en danse, en biologie, en psychologie ainsi qu'en méthodes somatiques. Je me suis appuyée sur un ensemble de catégories traversant ces disciplines, à savoir le corps, le soma, la conscience, l'expérience de soi, l'approche expérientielle, la phénoménologie, le domaine des sens/sensible/sensibilité, les émotions et affects, l'empathie, les arts vivants, la danse, la création, ou encore la micro-phénoménologie, pour ne citer que les principales.

Enfin, j'ai rassemblé et compilé le matériel écrit fourni par la Cie Onyrikon et Beatriz Navarro : dossiers de présentation des spectacles, des demandes de subvention, site internet de la compagnie, biographies en ligne et papier des enquêtés.e.s, sites des lieux d'accueil en résidence, calendriers de recherche, programmes de travail, présentations des sorties de résidences, articles de presse, actes de colloque ou encore entretiens journalistiques. Forte de tout ce matériel lu en amont, pendant et après l'enquête, je propose dans les chapitres suivants une description ethnographique réflexive de mon terrain.

CHAPITRE 2

BEATRIZ NAVARRO

OU COMMENT LA PRATIQUE SOMATIQUE

SOUS-TEND UN PARCOURS

DE VIE ET D'ARTISTE



*Formation autour de Corde au CCHAR - Centre de Création Helvétique des Arts de la Rue (Suisse),
au premier plan au centre : Beatriz Navarro, août 2024 © Vincent Guignet*

1. Du corps au soma, changer de perception pour changer de perspective : survivre puis devenir

« La conscience humaine est, in fine, l'instrument de la liberté humaine ⁹⁵ »
Thomas Hanna

1.1. Danser ! Le corps comme lieu de résilience et de conquête de soi

Le choix du parcours, une démarche méthodologique singulière pour une montée en généralité

Choisissant de mener une étude de cas, je m'appuie plus particulièrement sur le support méthodologique du « parcours » défini par l'anthropologue Sara Le Menestrel. Défendant l'idée qu'« un individu est à la fois représentatif et singulier ⁹⁶ (p.22) », je m'attelle à retracer la trajectoire de la danseuse Beatriz Navarro avec l'objectif de montrer d'une part, comment les somatiques influencent son parcours personnel et professionnel et d'autre part combien son parcours traduit un état des rapports sociaux, des pratiques culturelles, et visibilise la condition des artistes du Sud en retraçant une circulation dans le monde de l'art.

Selon Le Menestrel, « l'expérience d'un individu (...) permet de recenser de façon dynamique des phénomènes d'émergence, de circulation ou encore de transaction (...). Le parcours permet de saisir la façon dont s'incarnent des rapports de domination et des négociations pour légitimer une position ou se maintenir dans l'épreuve de la hiérarchisation (p.23) », ce qui est particulièrement à l'œuvre dans la trajectoire de Beatriz Navarro, artiste mexicaine émigrée en France.

Un des objectifs poursuivis sera de « rendre compte d'une expérience spécifique tout en témoignant de la réfraction du social dans la trajectoire individuelle (p.23) » de la danseuse, avec les doutes, frictions et remises en question traversés, aussi bien par elle-

⁹⁵ HANNA Thomas, « Qu'est-ce que la somatique ? », *Recherches en danse*, Traductions, Paris, 2017, p.6.

⁹⁶ LE MENESTREL Sara, coord. : *Des vies en musique. Parcours d'artistes, mobilités, transformations*, Paris, Éditions Hermann, 2012. Toutes les citations suivantes en proviennent, sauf mention contraire.

même que de mon côté en tant qu'enquêtrice. M'adossant au parcours comme « voie d'accès privilégiée pour appréhender les processus de circulation, de mutation et de hiérarchisation (p.23) », je prends aussi appui sur une relation amicale et des intérêts partagés pour élaborer un travail de co-construction du savoir, dans toute sa complexité.

Le Menestrel rappelle que « cette intimité favorise en outre une réflexion commune et l'implication [de la danseuse] dans le projet, et peut parfois donner lieu à une fructueuse "auto-analyse provoquée et accompagnée" (p.26) », ce qui est le cas dans la relation nouée avec Beatriz ainsi que dans le pacte ethnographique contracté ensemble. Celui-ci repose sur l'intérêt de la danseuse à opérer un retour sur soi, revisiter son histoire pour observer « des reflets [d'elle-même] qu'[elle] ne connaît pas⁹⁷ » afin de les rendre visibles et les intégrer. L'anthropologue précise que cette posture de co-accompagnement dans la recherche « rend indispensable une vigilance épistémologique, une analyse réflexive, une mise à distance ainsi qu'un travail d'objectivation (p.26) » afin de produire un savoir valide, ce que cette recherche s'efforce de rendre. Voici donc un état du parcours de Beatriz Navarro.

Premiers déplacements : danser pour quitter l'univers familial

Issue d'un milieu modeste, Beatriz Navarro est née en 1976 à Mexico (Mexique). Elle ne semblait pas préparée au destin qu'elle s'est tracée. Même si son enfance paraît avoir été par endroits épargnée (elle fait référence au fait qu'elle jouait beaucoup avec ses six frères et sœurs à ce moment-là), elle relate un climat familial « très tendu », hostile et « insécurisant », avec un père souvent absent, cumulant deux travaux de jour et de nuit, et une mère pratiquant la vente de menus produits dans le quartier.

Le couple parental semble dysfonctionner et les enfants sont livrés à eux-mêmes. Beatriz précise avoir grandi dans « une grande solitude » (« on ne communiquait pas, on était chacun pour soi »), particulièrement à l'adolescence. De même et peut-être par conséquent, elle est très claire sur le désir formulé assez tôt à l'adolescence de quitter son milieu pour « habiter d'autres mondes » (« il y avait dans moi depuis longtemps

⁹⁷ Comme Beatriz NAVARRO le mentionne dans l'Entretien 1 figurant en Annexes. Toutes les citations reprenant ses paroles dans ces sous-parties en proviennent.

l'envie de sortir »). Le contexte familial semble participer de cet élan initial, comme un besoin vital de s'extraire, d'aller voir ailleurs.

À l'adolescence, conjointement à cette « soupe » dans laquelle elle grandit, elle se rapproche d'un danseur et découvre peu à peu cette pratique, qui deviendra sa vie. Cette rencontre semble lui ouvrir une porte vers ces « autres mondes » tant attendus et l'invite à une échappée de son milieu et de son quartier, avec la perspective plus ou moins consciente de changer d'inscription géographique et socio-culturelle.

À cela s'ajoute un spectacle de danse vu par hasard au détour d'un déplacement en ville, qui fait office de conversion à l'art chorégraphique : « à 17 ans, je suis entrée dans un théâtre, comme ça, spontanément, je suis restée là et vu la pièce, c'était une chorégraphie de danse contemporaine. J'étais tellement frappée, j'ai dit : " je fais ça, je veux faire ça ! " ⁹⁸ ». Grâce au retour sur soi opéré par l'entretien mené ensemble, Beatriz précise d'ailleurs qu'elle pense que « la danse [lui] a donné la première circulation ».

Ces déplacements initiaux semblent fondateurs de son inscription en mouvement dans le monde, à une échelle intime autant que sociale et professionnelle. Cette « première circulation » paraît mue par une nécessité interne forte (à l'image d'un impératif intérieur) comme par des phénomènes socio-culturels, renforcés par son obstination à intégrer l'École Nationale de Danse de Mexico, ce qu'elle affirme en soulignant : « j'ai passé tous les tests jusqu'au psychologique et ok, je vais répondre ça à l'inverse et ça à l'inverse et comme ça je suis rentrée...(rires)... J'ai été acceptée, voilà et de là ma vie est devenue tout en mouvement ».

Survivre, conquérir, trouver une place viable

La question de la survie psychique puis économique se pose très tôt pour Beatriz, ce qu'elle appuiera à plusieurs reprises durant les entretiens : « je pense que j'ai fait un lien intuitif et immédiat et maintenant je me dis que la danse m'a sauvée », « j'ai pu

⁹⁸ Prise de conscience en résonance avec celle du chorégraphe brésilien Volmir Cordeiro : <https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/au-singulier/volmir-cordeiro-1-5-ce-dont-nous-sommes-faits-7254163>

survivre parce que j'ai dansé, et à cette époque-là c'était mon objectif : il faut que je survive, il faut que j'y arrive, réussir à me tenir vivante, c'est très très fort ».

La sortie de son milieu associée à son besoin de liberté et d'expériences nouvelles dépendent de sa capacité à s'inventer une vie, ce que la danse pourrait lui offrir. Mais comme elle le dit elle-même : « ce n'est pas un chemin de roses ». C'est avec opiniâtreté qu'elle construit son propre itinéraire : refusée une première fois à l'audition d'entrée à l'école qu'elle vise, elle s'arme de patience et de ténacité pour repasser l'examen un an plus tard en développant une stratégie pour s'assurer d'être reçue (en répondant à l'inverse de ce qu'elle pense au test psychologique qui lui avait coûté un premier échec).

N'ayant pas les codes du milieu, elle fait avec ses propres moyens, et ses efforts finissent par être récompensés. Cependant, une fois acceptée, elle se rend compte de sa fragilité culturelle par rapport aux autres étudiants : « j'avais la conviction de danser parce que je voulais survivre, mais j'avais pas l'arche culturelle pour y accéder, tu vois, j'avais pas les codes, j'avais lu très peu à ce moment-là. Mais c'est ce qui m'a attrapée dans cette présentation de danse, c'était la survivance ».

Circulant « dans d'autres réalités [qu'elle] ne comprend pas » et percevant qu'elle n'a pas le soubassement socio-culturel pour y accéder, elle va s'attacher à combler ce fossé par la lecture de nombreux livres pendant et après sa formation à l'École Nationale de Danse¹⁰⁰. C'est bien d'une conquête dont il s'agit ici, celle de sortir d'un milieu précaire dont la vie se cantonne à la famille et au quartier pour s'extraire d'une reproduction sociale en allant explorer l'inconnu, la danse servant de vecteur. Beatriz le souligne :

« si je vois mes copains d'école, mes amies femmes sont tombées enceintes à 16-17 ans et mes copains font des métiers corporels comme la construction des bâtiments. J'appartiens à un quartier populaire, j'ai grandi là et la vie des quartiers reste dans le quartier et dans les possibilités du quartier. Quand j'ai commencé à étudier la danse, j'ai pu circuler dans d'autres mondes et d'autres réalités ».

Se libérant d'un déterminisme social, Beatriz s'ouvre à des perspectives insoupçonnées. Cette bifurcation opère comme un véritable transfert, signifié et signifiant, passant par

¹⁰⁰ À l'image des transfuges de classe, comme peuvent en décrire dans leurs récits auto-théoriques le romancier Édouard LOUIS (*Changer : méthode*, Paris, Seuil, 2021) et le sociologue Didier ÉRIBON (*Retour à Reims*, Paris, Fayard, 2009).

des déplacements dans l'espace géographique de la ville, dans les lieux, avec les personnes côtoyées, les échanges et les apprentissages, les informations reçues et décryptées de façon explicite et implicite. La future danseuse engrange de nombreux savoirs nouveaux, s'appuyant sur sa ferme volonté de quitter son milieu.

Dans ce parcours, le corps joue le rôle de pivot central du changement, et ce à plusieurs échelles : intime, sociale, culturelle, politique et économique. Une lecture marxiste mettrait en avant le fait que, venant d'un milieu populaire, Beatriz a utilisé son corps et sa force de travail pour subvenir à ses besoins et s'émanciper, n'ayant aucun autre moyen à sa disposition (comme pourraient l'être l'héritage, la culture ou encore le nom).

C'est ainsi qu'elle prend peu à peu conscience que son élan vers la danse tient d'une forme de mouvement de survie. Son objectif d'alors était de « réussir à se tenir vivante » ce que la formation à l'École Nationale lui offre. C'est sur cette base qu'elle s'appuie pour se construire. Il s'agit d'un étayage à plusieurs niveaux : une structuration du temps par le travail, un apprentissage des techniques du corps et de la progression par l'effort, la rigueur et la répétition ; une circulation dans l'espace par la nécessité d'aller travailler à l'École et dans divers studios à plusieurs endroits de la ville (mouvements vivants à la découverte de nouveaux lieux, effectués en groupe), une structuration culturelle, relationnelle et affective. Beatriz passe les deux-tiers de son temps en immersion avec ses camarades de danse et ses enseignant.e.s, qui deviennent une seconde famille plus importante à ses yeux que la première.

1.2. Vers le soma comme espace de transformation et de renouvellement

Se réparer en mouvement, la quête des ailleurs

Ce temps de formation à l'École Nationale de Danse de Mexico constitue le tremplin à partir duquel elle accomplit son besoin d'émancipation. Une fois l'école finie, une deuxième étape s'ouvre, provenant d'un « énorme besoin de partir, de couper » sous-tendu par une « douleur (...) insupportable » liée à une séparation amoureuse, qui avait réveillé « des mémoires qui pouvaient [la] mener vers la mort ».

Chevillée à sa nécessité de survivre, la jeune danseuse prend la décision de quitter Mexico, avec l'objectif plus ou moins clair de se reconfigurer. Cette impulsion la mène à Puerto Vallarta.

C'est à l'époque un petit port situé sur la côte Pacifique du Mexique, à 12 heures de bus de Mexico. Il s'agit d'un ailleurs totalement inconnu pour la danseuse, qui n'avait pratiquement jamais quitté la capitale. C'est par le biais d'une audition avec la Cie Contempodanza, bien connue au Mexique, qu'elle parvient à partir. Le contrat initial dure 6 mois, Beatriz reste 2 ans. Ses espoirs de rupture avec son ancienne vie sont comblés : « on a débarqué à Puerto Vallarta, dans la jungle, vraiment, à l'époque c'était un petit village (...) ma quotidienneté d'être en ville, avec le métro, le bus, les gens, a changé pour un milieu totalement naturel, avec la mer, les arbres, les animaux ».

Le changement radical de vie associé à la découverte de la nature comme ressource font de cette expérience un espace propice à la résilience. Cette sorte d'Eden s'avère réparateur pour la danseuse qui se découvre hors contexte familial et social, sortie de ses habitudes. « J'habitais pas chez mes parents, j'habitais de manière stable, j'avais 22 ans, je gagnais ma vie avec un salaire assez bien (pour amener des danseurs de Mexico dans un endroit isolé, il fallait donner un salaire haut, c'était très bien payé) », précise Beatriz, avant d'entériner les bienfaits de cette expérience : « pour moi c'était une ressource énorme ».

Puerto Vallarta devient pour elle à la fois un lieu protégé et un véritable espace de liberté favorisant la reconfiguration de soi, au niveau personnel comme professionnel :

« j'avais la sensation de n'être personne, donc je pouvais faire ce que je voulais, j'arrivais dans un endroit où personne n'attendait rien de moi (...). Je pouvais baisser aussi mes attentes de danseuse, d'appartenir à une compagnie, à une circulation culturelle, de plaire... C'était vraiment l'isolement dans le bon sens ».

Responsable d'elle-même, Beatriz acquiert en grande partie confiance, autonomie, liberté et sécurité intérieure durant ce séjour de 2 ans. Elle trouve « des espaces de liberté énormes » ainsi que « la sécurité financière » et résume cette expérience comme étant un « grand espace de réparation ».

Au bout de 2 ans, elle sent que son temps à Puerto Vallarta se finit. Elle termine son contrat avec la compagnie pour regagner Mexico, forte de ses nouveaux acquis. Revenue dans la capitale, elle doit se refaire une place, et se sent en mesure de relever ce défi. Elle se met à donner des cours et danser avec une compagnie reconnue avant de s'engager dans une formation en recherche et enseignement de la danse contemporaine, ce qui va l'amener, sans qu'elle s'en doute alors, à découvrir les techniques somatiques.

De retour à Mexico, Beatriz trouve un nouveau positionnement professionnel en tant que danseuse et pédagogue, au sein de sa ville natale quittée plus tôt par nécessité, possibilité qui s'ouvre grâce à ce déplacement dans un lointain vécu comme lieu d'accueil, de protection, d'expérimentations et de récréation de soi.

Se mouvoir à l'intérieur de soi : la découverte des somatiques, de la place viable à la place vivante

Un autre déplacement fondamental opéré par Beatriz est celui de sa rencontre avec les pratiques somatiques. La circulation, après s'être effectuée dans le monde extérieur et sous le sceau d'impératifs mêlés (survie psychique, économique, conquête socio-culturelle, accomplissement professionnel, réparation intérieure et résilience), devient de plus en plus profonde, consciente et intégrée. C'est au bout d'une dizaine d'années de travail en tant que danseuse professionnelle qu'elle se frotte pour la première fois à une séance de technique somatique, l'Ideokinesis¹⁰¹ donnée par Jenet Tame, pédagogue mexicaine basée à Mexico, spécialiste en mouvement somatique.

La danseuse en ressort très ébranlée : « je dansais depuis 10 ans ou plus avec des compagnies établies et reconnues et je me disais "mais c'est quoi ça ?!"... Et honnêtement c'était très mystérieux ce qu'elle disait...! ». À ce moment précis de son parcours, alors qu'elle a mené à bien ses objectifs premiers, Beatriz aborde une nouvelle perception et vision du corps et de là, une nouvelle quête.

¹⁰¹ Technique somatique élaborée par Mabel E. TODD dans les années 1930, basée sur la visualisation, dans laquelle l'image et la pensée sont vues comme facilitatrices du mouvement.

« En fait la chose qui m’a frappée c’est pas les choses que j’ai ressenties c’est beaucoup de choses qu’elle [Jenet Tame] disait que je ne pouvais pas ressentir et je me disais “mais comment ?! c’est pas possible, je suis danseuse ! ” et donc ça que je ne peux pas ressentir m’a attirée » confie Beatriz. Cette prise de conscience associée à la puissance de l’inconfort ressenti constitue un point de bascule majeur dans la direction de vie personnelle et professionnelle qu’elle se construit ensuite.

La jeune femme décide de prendre le cours de la pédagogue et de s’impliquer dans ce champ nouveau, centré sur la connaissance, la conscience et l’appréhension du soma : « sa recherche [à Jenet Tame] est basée sur l’Ideokinesis, la Topf Technique ¹⁰² et la circulation des forces dans le système squelettique, elle inclut le psoas et le diaphragme de manière très ponctuelle. J’ai commencé à étudier ça avec elle et j’ai trouvé un univers, c’était vraiment... C’est comme découvrir l’eau ». Beatriz sent que cette approche va profondément transformer sa conception du corps, du mouvement, de la danse et de la création, elle s’y plonge alors comme apprenante puis comme chercheuse et la développe en parallèle dans ses propres cours.

À ce moment de son parcours, elle constate aussi que son corps de danseuse professionnelle souffre et que les approches somatiques peuvent devenir un appui pour le revisiter et transformer son rapport à lui en l’intégrant comme soma :

« j’étais à bout de l’effort de la danse sans la perspective somatique, cet effort tout le temps de la danse sans la perspective somatique, aussi l’effort psychologique d’y arriver, te comparer, la concurrence, d’avoir la place... J’étais déjà ici (met sa main à la gorge en signe de saturation). J’étais puissante quand même (...), à cette époque-là c’était quand même lourd dans moi, quand je dansais, j’avais mal et j’y allais avec la force ».

En cela, son itinéraire rejoint celui de nombreuses danseuses. Le « passage du corps au soma ¹⁰³ », du corps objectivé et optimisé pour les besoins de la performance à un corps plus conscient, vécu de l’intérieur et (enfin) écouté, est caractéristique dans le milieu de la danse professionnelle contemporaine et dans la trajectoire de nombre de

¹⁰² Technique élaborée par la danseuse et éducatrice somatique Nancy TOPF dans les années 1970.

¹⁰³ NAVARRO Beatriz, « La pratique somatique : anatomie, intimité et politique », intervention au Colloque Danse et Philosophie « Corps en résistance. Champs d’action en mouvement », Université Nationale Autonome de Mexico (UNAM), novembre 2019, (Cf. Annexes).

professionnel.le.s, afin de perdurer dans leur discipline et d'aborder leurs compétences techniques sous un angle nouveau, plus respectueux, évolutif et durable de leur corps.

Isabelle Ginot le rappelle : « prendre soin de soi-même et être acteur de sa propre santé fait partie de la culture professionnelle des danseurs ¹⁰⁴ », ce qui en amène certain.e.s aux pratiques somatiques. En témoigne le *Guide Danse et Santé* ¹⁰⁵ publié par le Centre National de la Danse en 2023, qui fait une part belle à la pratique et l'intégration de ces techniques pour l'échauffement et la récupération au quotidien mais aussi à visée d'un soin de soi plus global.

L'éducation somatique, un changement intime de paradigme

Durant cet apprentissage, Beatriz incorpore tout un ensemble de nouvelles appréhensions de la relation à soi et au monde, ce qu'elle donne à voir dans l'entretien mené avec le danseur-chorégraphe et thérapeute du mouvement mexicain Hugo Marbán Domínguez, intitulé « Corps vivant, corps éphémère. Retourner à la maison, c'est retourner au corps ¹⁰⁶ ». L'approche somatique l'invite à se revisiter en profondeur, depuis l'écoute des sensations, des émotions, des états d'esprit associés au mouvement. Elle la vit comme une véritable « rééducation corporelle » qui lui donne la possibilité de « se reconnaître », la « capacité de décider », de « dire non de manière créative », d'envisager tout un panel de choix d'actions plutôt qu'un seul type de réaction.

Elle en témoigne aussi lors d'une intervention qu'elle donne au Colloque Danse et Philosophie ayant lieu à l'UNAM (Université Nationale Autonome de Mexico) en 2019. À cette occasion, la danseuse souligne la question identitaire liée au corps :

« Au début de ma carrière de danseuse, le corps était une expérience de puissance, de compétition, de reproduction du mouvement à première vue. La vitesse et la force m'ont donné le sentiment d'être moi-même. Je ne sais pas quand ni comment j'ai commencé à douter de cette force et de cette vitesse en tant qu'identité. Dans les moments de solitude, je ne m'y

¹⁰⁴ GINOT Isabelle, « Des pratiques vers les catégories, et non l'inverse », *Repères, cahier de danse* (46/1), 2021.

¹⁰⁵ Téléchargeable ici : <https://www.cnd.fr/fr/page/3637-guide-danse-et-sante>

¹⁰⁶ « Cuerpo vivo, cuerpo transitorio. Volver a Casa es Volver al Cuerpo », in *El Arco entre dos Muertes*, entretien avec Hugo Marbán Domínguez, 2015, (Cf. Annexes). Toutes les citations présentes dans cette sous-partie proviennent de cet article, sauf mention contraire.

reconnaissais pas, cette force ne me soutenait pas et la vitesse ne se manifestait pas quand je voulais gérer mes humeurs et mes échanges affectifs avec l'autre, avec les autres ¹⁰⁷ ».

C'est donc par le biais de son expérience personnelle qu'elle commence à remettre en cause ses perceptions, mesurant le décalage entre son vécu professionnel et celui de sa vie quotidienne.

« Pourquoi pouvais-je être si rapide à l'extérieur et si lente à l'intérieur, comment se fait-il que je puisse me sentir légère dans la technique et si lourde dans la vie de tous les jours, qui étais-je quand je dansais, et qui étais-je quand je ne dansais pas ? Et ce n'est pas que je veuille raconter une histoire thérapeutique, non, c'est ma façon de faire de la philosophie. Je crois que la philosophie naît dans les curiosités et les inconforts de l'être, pour ensuite se répandre et trouver une place dans le dialogue public. Et quoi de plus intime et, en même temps, de plus public que la perception de soi à travers le corps ? ¹⁰⁸ ».

Cette dichotomie constitue le tournant vers la nécessité d'aborder une nouvelle approche permettant de faire dialoguer corps et soma, afin de s'unifier. Elle appuie le fait que son processus « témoigne de la métamorphose d'un corps en soma ¹⁰⁹ », d'un corps performant et exécutant ses volontés de danseuse en un corps écouté, permettant une expérience de vie guidée par les sensations. Ce processus semble être une transformation progressive, « sereinement inachevée ¹¹⁰ », si ce n'est, inachevable.

Au fil de son apprentissage, elle voit « changer sa conception de soi, de ses perceptions, son rapport aux autres et à l'extérieur ». Ces connaissances renforcent son « autonomie » et lui révèlent qu'elle peut « faire de [son] corps [sa] maison ». Cette nouvelle vision de son corps était une gageure pour elle. Des expériences traumatiques vécues dans l'enfance s'y sont en effet imprimées créant un rapport ambivalent, révélé par la dichotomie mentionnée plus haut. Les méthodes somatiques lui permettent de revenir à son corps et de pouvoir accepter de « sentir, soutenir et traverser » certains états provenant des traumatismes. Ces techniques offrent à Beatriz de retrouver un chemin vers un corps senti, ressenti, réhabilité, réapproprié, redevenu habitable. Elle affirme :

¹⁰⁷ NAVARRO Beatriz, « La pratique somatique : anatomie, intimité et politique », intervention au Colloque Danse et Philosophie « Corps en résistance. Champs d'action en mouvement », Université Nationale Autonome de Mexico (UNAM), novembre 2019, (Cf. Annexes).

¹⁰⁸ NAVARRO B., *ibid.*

¹⁰⁹ NAVARRO B., *ibid.*

¹¹⁰ NAVARRO B., *ibid.*

« aujourd’hui, mon corps c’est devenu chez moi (...) c’est la matière sensible que je suis, mon histoire. Il y a ma mémoire mais il y a aussi toutes les possibilités si je suis enracinée dans mon corps, donc dans ma maison ». Elle découvre que son corps peut se rééduquer de manière expérientielle, créatrice et sensible, que cette capacité à expérimenter via les sensations et la façon dont les états d’esprit se transforment, est véritablement « révolutionnaire ».

Portant un projet d’éducation somatique pour un groupe de personnes malades, les chercheuses Carla Bottiglieri, Isabelle Ginot et Violeta Salvatierra partagent le même constat. Selon elles, « l’apprentissage somatique (...) se configure comme le champ d’amplification des capacités perceptives du sujet, ayant comme corrélat l’amplification de ce qui du monde lui est disponible, perceptible, accessible ¹¹¹ », ce qui aurait pour conséquence d’ouvrir des espaces de possibles jusque-là ignorés. Elles précisent que :

« cette construction processuelle d’individuations relatives, par lesquelles chaque fois un nouvel univers s’incorpore, constitue une possibilité inépuisable de production de subjectivité: un nouveau rapport du sujet à lui-même et à son expérience, une capacité d’articulation des composantes matérielles de la sensibilité en mesure d’inventer d’autres territoires existentiels ¹¹² »,

En effet, au bout de 2 ans de formation avec la pédagogue Jenet Tame, Beatriz constate l’efficacité des apports somatiques : son mouvement comme sa pédagogie commencent changer et vont vers plus de cohérence et de conscience. Les somatiques deviennent pour elle un support essentiel car « là s’ouvrait le monde à l’infini ¹¹³ », entérinant les hypothèses des trois chercheuses.

Sa consœur l’invite alors à donner des cours, ce qu’elle vit comme « un moment, une époque, précieux de ma vie où je pouvais déconstruire toute ma vie, tout mon enseignement de la danse “commune” pour migrer vers tous les principes somatiques ¹¹⁴ ». Le déplacement vers ce champ constitue un élément fondateur d’un nouveau

¹¹¹ BOTTIGLIERI Carla, GINOT Isabelle, SALVATIERRA Violeta, « Du bien être comme devenir subjectif : techniques du corps et techniques de soi », *Le Bien-être*, sous la dir. d’Agnès FLORIN et Marie PREAU, L’Harmattan, Paris, coll. « Logiques sociales », 2013, p.6.

¹¹² BOTTIGLIERI C., GINOT I., SALVATIERRA V., *ibid.*

¹¹³ NAVARRO Beatriz, Entretien 1 (Annexes).

¹¹⁴ NAVARRO B., *ibid.*

rapport au monde et à sa technique de danse. C'est dans cette continuité qu'elle décide de se former en Body Mind Movement.

Beatriz souligne la capacité des pratiques somatiques à rendre les « corporéités conscientes », à soutenir « le corps vivant en transit », qui permet de devenir « des êtres créateurs de soi et de leur réalité ». Ce déplacement interne dans la conception de soi et du monde, reposant sur la capacité à sentir et mettre en lumière ce qui jusque-là se trouvait en-deçà de la conscience, active d'autres modes d'être, d'agir et d'interagir. De là émane une circulation entre l'intériorité du sujet et le monde qui se veut de plus en plus claire, assumée et en accord avec une éthique personnelle, ce qui constitue l'une des résultantes probantes des pratiques somatiques, selon la danseuse.

Les trois universitaires mentionnées plus haut aboutissent à une même conclusion auprès des personnes qu'elles accompagnent :

« ces techniques se configurent comme autant de procédés que l'individu met en œuvre afin de s'approprier ou de se réapproprier son propre rapport à soi, et comme les lieux d'une production de subjectivité qui se donnerait comme moment de dés-assujettissement. La subjectivité n'est pas totalisée ni centralisée sur l'individu, mais se produit dans la multiplicité de ses agencements et relations ¹¹⁵ ».

Partant de son expérience que la technique somatique est un « processus vivant ¹¹⁶ » et que « cette exploration de la perception corporelle est le fondement de la reconnaissance de soi en tant qu'individu en relation avec des contextes créatifs et partagés », Beatriz prend acte que cette pratique transforme tous ses liens. Selon elle, cette connaissance « restaure notre capacité à prendre des décisions à partir de notre propre perception, dans l'échange avec l'environnement, lui aussi vivant ». Ainsi, elle « favorise la germination des possibles ; en modifiant notre sensorialité, nous modifions nos affects. (...) avec elle nous réorganisons irrémédiablement notre sens de l'être et de l'être au monde ».

¹¹⁵ BOTTIGLIERI C., GINOT I., SALVATIERRA V., *ibid*, p.5-6.

¹¹⁶ NAVARRO Beatriz, « La pratique somatique : anatomie, intimité et politique », intervention au Colloque Danse et Philosophie « Corps en résistance. Champs d'action en mouvement », Université Nationale Autonome de Mexico (UNAM), novembre 2019, (Cf. Annexes). Les citations qui suivent en sont toutes extraites, sauf exception.

Dans cette continuité, la danseuse se met à penser les méthodes somatiques comme un espace fondateur d'autres possibles aussi bien artistiques, sociaux que politiques, en partant de la plus petite unité humaine existante : soi-même. « L'expérience de l'intime ainsi produite conduit à l'action dans le monde avec densité, volume et forme. Dans la coexistence avec les autres et avec soi-même. C'est une pratique migratoire entre l'intime et le public » affirme-t-elle. C'est en s'appuyant sur cette compréhension qu'elle se dirigera peu à peu vers la création artistique en tant que chorégraphe.

Isabelle Ginot et Violeta Salvatierra vérifient aussi cette trajectoire, qui opère dans les deux sens (du bien-être à l'art comme de l'art au bien-être) et qui s'est répandue dans le milieu de la danse professionnelle :

« depuis plusieurs années maintenant, la danse a entrepris, à travers l'intégration dans son champ de techniques somatiques, un vaste mouvement de recherche et d'investigation sur la conscience du corps en mouvement, sur la perception de soi, sur les questions de remobilisation corporelle. Les danseurs construisent un certain nombre d'outils et de méthodologies qui permettent à l'individu une approche à la fois plus sensible et plus réelle de la représentation de soi. Ces nouvelles formes de travail du mouvement participent à une rencontre entre la perception que l'on a de son corps, les représentations sociétales du corps et d'autres perceptions poétiques et sensibles. La danse entretient avec le corps, mais aussi avec la santé et le bien-être, un rapport intime, direct, appréhendable et transmissible¹¹⁷ ».

De la survie à la force de la vulnérabilité choisie, filiations expérientielles entre techniques somatiques et micro-phénoménologie

La trajectoire de Beatriz Navarro témoigne d'une quête de soi motivée par la survie. Les espaces de circulation qu'elle est parvenue à mettre en œuvre, dans le monde, avec les autres, comme au cœur d'elle-même via la danse et la pratique somatique, révèlent un univers de mouvements et d'ouvertures à des possibles créatifs et créateurs.

Son combat pour trouver sa place et partager son expérience sensible se retrouve dans ses créations, de *Som(os)* à *Urdimbre*. Ce trajet de vie prend une forme métaphorique

¹¹⁷ GINOT Isabelle, SALVATIERRA Violeta, « Des imaginaires de l'émancipation par la danse », Rapport de recherche, Paris, Centre national de la danse, 2019, p.19.

dans son prochain spectacle *Corde*, axé sur la diversité des liens humains. Beatriz défend l'aspect sensible et politique de son travail, affirmant qu' « un corps vécu à la première personne, qui gère sa capacité d'affecter et d'être affecté, est un acte politique ¹¹⁸ ». Cette visée qui va de l'affect à l'engagement social et politique laisse penser que les méthodes somatiques ont un véritable rôle à jouer dans la société, ce que prône aussi la chercheuse en danse à Paris 8, Isabelle Ginot.

L'enseignante et chercheuse en phénoménologie des processus de conscience, Claire Petitmengin, observe de même la puissance de cette capacité d'écoute et d'accueil intérieures ainsi que la possibilité de transformation que ces états procurent. Spécialiste de la discipline élaborée par Pierre Vermersch, la micro-phénoménologie, elle partage un résultat de travail mené grâce à l'une des techniques employée : l'entretien d'explicitation, qui permet de révéler des dynamiques de l'expérience vécue. Celui-ci est d'ailleurs de plus en plus utilisé lors des entretiens en anthropologie.

La description qu'elle en donne pourrait parfaitement s'appliquer à l'exploration somatique :

« très étonnamment, dans cet état de vulnérabilité, s'ouvre un espace intérieur beaucoup plus vaste que notre espace habituel. Lorsque nous n'avons plus de territoire à défendre, de moi à protéger, nous devenons plus curieux des autres, nous avons plus envie de les rencontrer. Dans cet espace non obstrué s'élève une sorte de douceur, de chaleur ¹¹⁹ ».

Pour examiner les ressorts du « pré-réfléchi », la micro-phénoménologie s'appuie sur l'élaboration verbale à partir des sensations. Ce processus permet la prise de conscience d'éléments de l'expérience, comme dans les techniques somatiques, avec l'objectif de saisir des enjeux jusqu'alors non perçus d'une situation donnée. Établissant le lien entre techniques du corps et de la parole, Anne Cazemajou précise que « l'entretien d'explicitation constitue une méthodologie innovante dans la recherche en danse pour tenter d'accéder à l'expérience subjective ¹²⁰ ».

¹¹⁸ NAVARRO B., *ibid.*

¹¹⁹ PETITMENGIN Claire, « Le dedans et le dehors : une exploration de la dynamique pré-réfléchie de l'expérience corporelle », *Travail et Apprentissages* (7/1), 2011, p.119.

¹²⁰ CAZEMAJOU Anne, *Le travail de yoga en cours de danse contemporaine. Analyse anthropologique de l'expérience corporelle*, thèse, Université de Clermont-Ferrand II, 2010, p.11.

Petitmengin utilise par ailleurs les outils de la micro-phénoménologie en appuis thérapeutiques pour prévenir les crises épileptiques ¹²¹, par exemple. Tout comme la recherche en somatique, cette approche s'intéresse à plusieurs champs d'applications dont la pédagogie, l'art, le soin et la méditation, mettant à jour l'intrication des phénomènes corporels et cognitifs pour favoriser la prise de conscience, l'autonomie, la réflexion, la prise de décision et la créativité.

Que ce soit Ginot, Petitmengin, Cazemajou ou Navarro, force est de constater que ces praticiennes et chercheuses établissent des liens clairs, producteurs de sens et de changements concrets dans des pratiques sociales et créatives, qui avec les malades du VIH/VHC, les épileptiques, les pratiquant.e.s de danse et yoga ou les éducateur.rices des quartiers populaires de Mexico.



Session de formation en Body Mind Movement encadrée par Beatriz Navarro, Marseille (2016)

© Cie Onyrikon

¹²¹ PETITMENGIN Claire, « Un exemple de recherche neuro-phénoménologique : l'anticipation des crises d'épilepsie », *Soumissions libres (Eds), Intellectica* (40), 2005, p.63-90.

2. Pratiques et enjeux de l'apprentissage dans les méthodes somatiques

*« La phénoménologie a demandé au " vécu " le sens originaire de tout acte de connaissance.
Mais ne peut-on pas ou ne faut-il pas le chercher du côté du vivant lui-même ?¹²² »
Michel Foucault*

2.1. Deux approches d'éducation somatique : celles de l'observatrice et de l'observée, Body Mind Centering® et Body Mind Movement

Des années 1970 aux années 2000

La présente étude s'arrime à deux approches somatiques en particulier, le Body Mind Centering® (BMC) et le Body Mind Movement (BMM). L'objet de ce travail se fondant sur l'étude de cas d'une danseuse-chorégraphe et praticienne somatique formée en BMM, il semble nécessaire de présenter cette approche somatique. Étant moi-même danseuse, pédagogue et somaticienne issue du BMC, il me revient aussi de présenter cette pratique afin de situer mes positionnements et points de vue. Ainsi que le rappelle Sara Le Menestrel : la chercheuse « peut mettre en avant son propre parcours comme élément déterminant de son approche et des questions soulevées, faisant état d'un sentiment de partage humain permettant d'accéder à une forme sensible, voire intime, de connaissance¹²³ ».

Le BMM découle du BMC. Ces deux méthodes sont extrêmement proches au niveau de leurs approches et de leurs pratiques. Qu'elles se différencient néanmoins témoigne de la subtile complexité du champ des somatiques. Nous verrons dans un premier temps en quoi consiste l'approche du BMC, cette technique étant antérieure au BMM, avant de nous pencher sur les spécificités de ce dernier.

Le Body Mind Centering® (BMC – qu'on peut traduire par « équilibrage ou centrage corps-esprit ») est une pratique somatique qui s'inscrit dans le champ de la connaissance

¹²² FOUCAULT Michel, « La vie : l'expérience et la science », dans *Dits et Écrits II*, Paris, Gallimard/Quarto, 2001, p. 1582.

¹²³ LE MENESTREL S., *op. cit.*, p.29.

par l'expérience, à l'image des techniques Alexander ou Feldenkrais. Le nom de la technique ne repose pas sur celui de son inventrice mais sur le résultat attendu de sa pratique. Il est en soit programmatique dans sa traduction littérale : Corps Esprit Équilibre. Qu'est-ce que l'équilibre du corps et de l'esprit ? Une reconnaissance et un fonctionnement égal, égalitaire, conjoint, et/ou harmonieux des deux ? Pourquoi serait-il souhaitable ? Comment le mesurer et l'apprécier ? Que dit-il de l'époque et de la société dans lesquelles il émerge et se développe ?

Tout en s'appuyant sur le BMC, le Body Mind Movement pose d'emblée sa différence, il s'agit de relier Corps, Esprit et Mouvement. Si une traduction possible s'avère être « le mouvement corps-esprit », alors ce qui est priorisé dans cette approche c'est bien l'observation de la circulation qui se fait entre les deux entités nommées, présupposant une vision dans laquelle elles sont distinctes et dialoguent. L'objectif de cette technique serait d'étudier les modalités de ces activités d'échanges entre le corps et l'esprit, par le biais de leurs mouvements.

La philosophie sous-jacente à ces deux techniques maintient, tout en voulant les rassembler, une dichotomie corps-esprit, témoignant de l'héritage occidental de la vision du corps dont elles sont issues, sans parvenir visiblement à s'en départir. Cependant la vision qu'en a Carla Bottiglieri semble ouvrir une troisième voie :

« (...) si déjà le terme *soma*, dans l'usage spécifique qu'en fait Thomas Hanna, repris par la suite dans la théorisation des méthodes somatiques, désigne d'emblée le corps vécu, subjectivement éprouvé et ressenti – le sujet incarné, ou le sujet-chair, selon la phénoménologie de Merleau-Ponty –, à quoi bon avancer une quelconque nécessité de centrage, de l'esprit et du corps ?

À bien voir, l'esprit dont parle Bonnie Cohen, la fondatrice de la méthode, n'est pas du mental : en s'expliquant sur ce terme, Cohen se réfère à la pensée bouddhiste du grand esprit : ici, les mots cœur et esprit font partie de la même réalité, une ouverture et une lueur fondamentale qui résonnent directement avec le monde autour. (...) Le centrage, écrit Cohen, n'est ni la recherche d'aboutissement d'une forme, ni un lieu d'arrivée, mais un "équilibre dynamique qui fluctue autour d'un point en déplacement constant"¹²⁴ ».

Bottiglieri précise que :

¹²⁴ BOTTIGLIERI Carla, « Soigner l'imaginaire du geste : pratiques somatiques du toucher et du mouvement », *Chimères* (78), 2012., p.122.

« ce mouvement est le processus continu d'une relation où les termes s'échangent, ou se permutent : body et mind ne relèvent pas de deux ontologies distinctes, bien plutôt, ils instancient deux bordures, ou deux faces d'une limite topologique où formes et forces s'affectent mutuellement, se répètent et se différent, adviennent les unes aux autres, deviennent ¹²⁵ ».

En cela, les noms que BMC et BMM se donnent révèlent le champ de nuances caractéristique des somatiques, lié aux fortes individualisations des approches, ciblées selon les recherches, les besoins, les imaginaires du corps, les soubassements éthiques et conceptuels, les contextes personnels et les cultures de leurs fondatrices. Commençons par expliciter le BMC.

Histoire et philosophie du Body Mind Centering®

Approche d'éducation somatique, le BMC est fondé en 1973 par Bonnie Bainbridge Cohen¹²⁶ en Californie (États-Unis). Née en 1941, elle se spécialise dans le domaine de la recherche autour du soma d'abord en tant qu'ergothérapeute, puis comme analyste du mouvement et exploratrice du geste dansé. Travaillant de façon privilégiée avec des danseurs et des professionnels du soin, elle diversifie son approche qui devient de plus en plus reconnue et qu'elle transmet principalement en milieu artistique, psychiatrique, de santé infantile, dans des cursus universitaires et pour le quidam informé. Ses domaines de réflexion, d'action et d'intervention sont multiples, vérifiant l'aspect transversal des techniques somatiques.

Bainbridge Cohen et les personnes qui l'entourent élaborent des savoirs empiriques fondés sur la compréhension expérientielle du corps-esprit en lien avec les connaissances occidentales en anatomie et physiologie mais aussi avec des conceptions et pratiques orientales (yoga, qi gong, arts martiaux, médecine chinoise). Au fur et à mesure des avancées, le développement sensori-moteur du nourrisson acquiert une importance grandissante dans leur compréhension du mouvement et du fonctionnement somatique. Ils intègrent peu à peu les découvertes scientifiques en

¹²⁵ BOTTIGLIERI C., *ibid.*, p.122-123.

¹²⁶ Sa biographie est disponible en ligne ici : <https://www.bodymindcentering.com/bonnie-bainbridge-cohen-bio/>

embryologie à leurs propres recherches ¹²⁷. Reprenant Bainbridge Cohen, Anne Cazemajou détaille son approche :

« "L'étude du Body-Mind Centering inclut à la fois l'apprentissage cognitif et l'apprentissage empirique des systèmes du corps : le squelette, les ligaments, les muscles, les fascias, la graisse, la peau, les organes, les glandes endocrines, les nerfs, les liquides ; la respiration et la vocalisation ; les sens et la dynamique de la perception ; le mouvement de développement (celui du développement infantile chez l'être humain de même que celui du déroulement de l'évolution à travers le règne animal) ; et enfin l'art du toucher et de la réorganisation somatique " ¹²⁸. Cette exploration permet de trouver l'alignement de la perception avec le mouvement et de réaliser efficacement ses intentions ¹²⁹ ».

Le BMC s'appuie sur des connaissances scientifiques et médicales, d'une part parce qu'elles existent et fondent la vision occidentale du corps, d'autre part pour se légitimer. Cependant, l'approche expérientielle permet de les questionner, d'en valider certaines, d'en mettre en cause d'autres et d'ouvrir parfois sur d'autres perceptions du corps, du bien-être, du vivant et de la santé que de celles communément admises. Les espaces de transmission se veulent être des lieux d'échanges, de partage et de questionnements à partir des expériences vécues, en lien avec les savoirs existants.

Un de ses postulats repose sur le fait que l'histoire personnelle de l'individu s'engramme dans les tissus de son corps sa vie durant, et que l'on peut agir dessus par un travail de conscience, d'écoute, de toucher et de mouvement ¹³⁰. Cazemajou précise :

« chaque phase du développement moteur traversé par l'individu de la naissance à la station debout et à la marche comporte des schèmes spécifiques de coordination, qui mettent en place "l'organisation neurologique". Or, "plus nombreuses sont les voies neurologiques établies dans le corps et leur intégration faite à la base, plus il est facile d'exprimer les multi-facettes de la pensée, d'élargir les possibilités de compréhension et d'expression et de leur donner profondeur et respiration" ¹³¹. Il est cependant possible d'accéder par la suite consciemment à certains

¹²⁷ Cf. l'ouvrage de référence de sa fondatrice : *Sentir, ressentir et agir, l'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Éditions Contredanse, 2002.

¹²⁸ BAINBRIDGE COHEN Bonnie, *ibid.*, p.23-24.

¹²⁹ CAZEMAJOU Anne, « Pratiques somatiques », Centre National de la Danse, 2005, p.2.

¹³⁰ Cf. le très important matériel de transmission élaboré par Bonnie BAINBRIDGE COHEN sous forme de cycles de conférences, formations et vidéos en ligne accessibles sur les réseaux sociaux et son site <https://bonniebainbridgecohen.com/>

¹³¹ NELSON Lisa, SMITH Nancy Stark, « Entretien avec Bonnie Bainbridge Cohen », *Contact Quarterly*, printemps/été 1984, traduction O. Rouquet, 1985, p.123. Cité par Anne CAZEMAJOU, *op. cit.*

schèmes ou gestes fondamentaux qui ne se sont pas développés dans l'enfance. En effet, ceux-ci existent en puissance dans le système nerveux et ne demandent qu'à être stimulés, créés. C'est l'élaboration de cette unité corporelle - qui ne nous est pas donnée mais que nous devons conquérir - qu'ont en vue les diverses pratiques somatiques, selon une approche propre à chacune ¹³² ».

Selon ces approches, l'histoire individuelle produit parfois des troubles qui réduisent les potentiels du soma. Le BMC affirme qu'il est possible pour chacun.e, en respect de ses capacités, d'améliorer sa situation afin d'« élargir la gamme de choix et d'actions ¹³³ ». Pour cela, il s'agit de repérer dans quels tissus corporels se situent des formes de réduction du bon fonctionnement et de les accompagner afin de libérer les tensions et blocages, avec l'objectif de permettre au soma de retrouver son déploiement optimal. Cette vision, commune aux pratiques somatiques, suppose que « le corps est "programme" (...), elles partent du principe que celui-ci est capable, par éducation, de multiplier sans limite ses savoir-faire. Ce qui n'est pourtant pas sans exiger un long et coûteux effort d'intégration, qui passe nécessairement d'abord par un travail de déprogrammation ¹³⁴ ».

La visée première du BMC, à l'égal des autres techniques somatiques, est celle du soin et de l'auto-guérison passant par la « reprogrammation » du corps et une connaissance de soi acquise suite à un travail approfondi sur les perceptions. Toutes procèdent de l'impulsion à chercher par soi-même selon une démarche empirique expérientielle.

Au fil de son travail avec les danseurs, Bainbridge Cohen observe que ses recherches développent les qualités de corps et de présence. D'une visée de soin et d'amélioration de la santé, le BMC s'ouvre alors au champ d'optimisation du soma pour l'art, avec une notion fondamentale de connaissance de son terrain et de son fonctionnement propres pour asseoir le meilleur soin de soi. L'approche devient un support pour les artistes dans leur métier, avec l'objectif de nourrir leur travail technique et créatif, aussi pour assurer

¹³² CAZEMAJOU A., *ibid.*, p.1.

¹³³ Ainsi l'indique la présentation qui en est faite sur le site de SOMA, l'organisation française officielle qui en propose la formation (<https://www.soma-france.org/>).

¹³⁴ CAZEMAJOU A., *ibid.*, p.2.

leur longévité dans un domaine où l'exigence et la performance physiques restent élevées.

Comme les autres méthodes, le BMC repose sur une vision individualisée et individualiste du soma, qui choisit de se prendre en charge à partir de ses besoins propres pour un mieux-être ou une optimisation de ses capacités. En cela, cette pratique rejoint la vision occidentale du « développement personnel » en vogue dans les pays du Nord depuis le XXe siècle, qui promeut le fait que l'individu a le pouvoir de se transformer par lui-même, voire est responsable de son bien-être, avec toutes les critiques qu'on peut opposer à cette vision ¹³⁵.

Ce positionnement, d'autant qu'il reste un impensé, est problématique dans la mesure où il invisibilise des logiques systémiques créatrices d'inégalités sociales, économiques, culturelles, qui ne permettent pas un accès égal à ces pratiques. La diffusion des « somatics » est restreinte et repose sur des réseaux sensibilisés. Leur présence n'existe que dans peu de pays, situés majoritairement en Europe et en Amérique du Nord, leur coût financier crée une évidente sélection par l'argent.

Ce ne sont que depuis ces dernières années, principalement depuis le covid (2020), que Bainbridge Cohen et son équipe cherchent davantage à essayer plus largement et à moindre coût le BMC, avec l'objectif de participer à un effort de mieux-être à l'échelle mondiale. Leur contribution reste néanmoins très loin d'un vaste et équitable partage du matériel, du fait, aussi, d'un manque de reconnaissance dû au soupçon de charlatanisme new age persistant encore à l'endroit de ces approches.

Les spécificités du Body Mind Movement

Créé par Mark C. Taylor en 2006 suite à sa longue collaboration avec Bonnie Bainbridge Cohen au sein de l'équipe américaine de BMC, le BMM s'inscrit dans une visée légèrement différente. Mark Taylor est éducateur et thérapeute du mouvement somatique, orienté tout d'abord vers la danse et l'éducation du mouvement. Son

¹³⁵ Lire à ce propos la sociologue Eva ILLOUZ qui établit des liens critiques entre capitalisme, individualisme, « industrie du bonheur » et développement personnel, entre autres dans l'ouvrage qu'elle co-signe avec le psychologue Edgar CABANAS, *Happycratie*, Paris, Premier Parallèle, 2018.

histoire personnelle l'amène dans un second temps à approfondir son approche somatique comme outil de guérison en réponse à la naissance d'un fils traumatisé crânien. S'ouvrant à la thérapie, il accompagne des malades du cancer, des personnes souffrant de traumatismes ainsi que des enfants ayant des troubles de l'apprentissage et du développement.

Formé en BMC et ayant pris une grande part dans l'équipe de Bonnie, il décide ensuite de mener ses propres actions de formations et crée le BMM pour mettre davantage l'accent sur deux points : « les implications psychophysiques, interpersonnelles et spirituelles du processus d'incarnation » d'une part et l'objectif de « développer des compétences professionnelles pour les étudiants en matière d'enseignement et de facilitation en même temps qu'une expérience d'incarnation profonde ¹³⁷ » d'autre part.

Mark Taylor indique sa perspective et ce faisant, traduit une pensée commune de l'approche somatique tout en assumant une dimension spirituelle incarnée :

« Nos êtres sont façonnés par notre anatomie et notre manière de bouger. Le mouvement somatique soutient la transformation sur les plans physique, émotionnel, mental et spirituel : il est défini comme un mouvement qui se concentre sur l'expérience subjective interne - s'accorder à la sensation et à la satisfaction - plutôt que sur l'apparence externe ou le résultat du mouvement ¹³⁸ ».

Le BMM est présenté comme une technique d'« éducation et de thérapie du mouvement somatique » pour « la santé et le bien-être ¹³⁹ ». Là où le BMC est largement diffusé dans les champs de la création artistique, le BMM opère plutôt dans le champ thérapeutique. Une autre différence réside dans le fait que Mark Taylor délivre un enseignement davantage syncrétique, dans lequel on retrouve des éléments de la technique Alexander, des approches Bartenieff et Feldenkrais, du BMC, de la méditation

¹³⁷ Cf. la biographie de Mark C. TAYLOR présente en ligne : <https://www.bodymindmovement.com/mark-taylor-biography>

¹³⁸ Présentation traduite provenant de son site : "Our beings are shaped by our anatomy and how we move. Somatic movement supports transformation on physical, emotional, mental, and spiritual levels: it is defined as motion that focuses on internal subjective experience—attuning to sensation and satisfaction—rather than the external appearance or result of the movement".

¹³⁹ Cf. le site du Body Mind Movement : <https://www.bodymindmovement.com/>

ainsi que les recherches autour du trauma diffusées par le psychothérapeute américain Peter A. Levine ¹⁴⁰ depuis les années 2000.

Le BMM est créé aux États-Unis mais est aussi enseigné en Amérique Centrale et du Sud (Mexique, Brésil, Chili, Colombie). Cet essaimage en Amérique Centrale et du Sud provient d'étudiantes originaires de ces pays qui ont suivi la formation aux États-Unis avant de la transporter dans leurs pays d'origine. Ces logiques de diffusion, le BMC au Nord, le BMM au Sud, induisent des singularités d'approches et de formation, conjoncturelles pour Beatriz comme pour moi. En pratique, les explorations proposées dans le BMM sont pour ainsi dire similaires à celles du BMC, et comme lui, fondées sur l'expérience sensorielle et sensible à partir des différents tissus du corps. Même s'ils ne sont pas présents aux mêmes endroits géographiques, BMM et BMC parlent bien le même langage somatique.

2.2. Définition et modalités de l'apprentissage somatique

Qu'est-ce que l'éducation somatique ?

Il s'agit d'un type d'enseignement s'intéressant aux relations dynamiques entre corps en mouvement, conscience, modes d'apprentissage et milieu environnant, perçus depuis une expérience à la 1^e personne. Selon la définition d'Yvan Joly, psychologue et praticien-formateur en Méthode Feldenkrais, on peut parler d'un « champ disciplinaire des méthodes qui s'intéressent à l'apprentissage de la conscience du corps sensible (le soma) en mouvement dans son environnement ¹⁴¹ » et dans lequel « l'observateur est le sujet de sa propre recherche ». Mouvement, conscience, (auto-)apprentissage et milieu constituent les quatre grands axes qui fondent la spécificité de l'éducation somatique, ils demandent à être étayés.

¹⁴⁰ Spécialiste de la thérapie des traumas, reconnu pour son ouvrage *Waking the tiger, healing trauma*, 2002, édition française : *Réveiller le tigre, guérir du traumatisme*, InterEditions, 2013.

¹⁴¹ JOLY Yvan, « La méthode Feldenkrais d'éducation somatique », Bulletin Feldenkrais France (38/2), 2000. Toutes les citations présentes dans cette sous-partie en proviennent, sauf exception.

Le mouvement en éducation somatique s'oppose à la posture ou à la structure, « il se rapporte au déplacement du corps dans le champ de la gravité et dans l'espace ¹⁴² ». En cela, il s'intéresse à l'anatomie, la physiologie, la biomécanique ou encore la neurologie selon une perspective du corps objectivé. À ces savoirs s'ajoutent ceux du corps vécu. Durant l'apprentissage, les deux modes de connaissance sont en dialogue, se combinent et se complètent. Comme le souligne Yvan Joly : « connaître les noms des os et les points d'insertion des muscles, étudier les lois de la physique du mouvement des poids et des masses, c'est une chose. Sentir ces phénomènes et connaître en soi le mouvement, c'est presque autre chose ».

Dans l'éducation somatique, l'analyse ne se base pas uniquement sur la théorie mais aussi sur l'expérience concrète et singulière des personnes impliquées. Il ne s'agit pas de construire des savoirs a priori mais d'élaborer des connaissances à partir d'une approche incarnée, ainsi que le confirme Beatriz Navarro :

« Ce protocole : image anatomique, contact et exploration du mouvement, établit une compréhension de la fonction et de la relation entre les différentes couches de notre être organique, resignifiant la conception de nous-mêmes en tant qu'êtres vivants, nous sauvant de cette image de nous-mêmes, sans corps, sans poids, nous donnant le pouvoir du palpable, du concret, du mobile. Ainsi expérimenté, le corps émerge dans notre perception comme une série de paysages biologiques, concrets et vivants avec les possibilités créatives du vivant ¹⁴³ ».

Joly évoque d'ailleurs cette « prise de conscience » et cette reconfiguration de soi à partir du soma. Il la définit comme « l'habileté des systèmes vivants de connaître et de réguler leur comportement en fonction du feed-back qu'ils produisent en agissant. Nous visons donc ici la capacité de sentir, de ressentir, de même que la pensée elle-même mais dans l'action et à l'occasion de l'action ¹⁴⁴ ».

Cette vision de la conscience somatique se situe en lien avec les recherches scientifiques en cours depuis les années 2000, dans lesquelles celle-ci est abordée comme un

¹⁴² JOLY, Y., *ibid.*

¹⁴³ NAVARRO Beatriz, « La pratique somatique : anatomie, intimité et politique », intervention au Colloque Danse et Philosophie « Corps en résistance. Champs d'action en mouvement », Université Nationale Autonome de Mexico (UNAM), novembre 2019, (Cf. Annexes).

¹⁴⁴ JOLY, Y., *ibid.*

phénomène biologique entremêlant sensation, perception et cognition ¹⁴⁵, élément complexe du vivant, partie intégrante du fonctionnement global de l'organisme. Beatriz insiste sur cet aspect : « grâce à cette pratique, nous pouvons observer et incarner les processus d'un système vivant et auto-organisé, comme quelque chose qui se produit ici, avec ma participation, en reconnaissant que la perception est avant tout un phénomène qui implique l'observateur ¹⁴⁶ ».

L'environnement, l'espace ou encore le contexte, positionne le soma en relation et non clos sur lui-même. La relation s'établit et se démultiplie en permanence avec l'air, l'espace, le sol, la lumière, les autres humains, les autres espèces, les objets... Joly précise que « l'éducation somatique s'intéresse au soma et à "l'incorporation" en tant que base pour la perception et la conscience et en tant que support pour l'action dans un monde lui aussi vivant (...) en continuité avec le corps vivant ». Cette continuité du vivant est une donnée fondamentale en éducation somatique et en fait une approche intégrative.

L'apprentissage enfin, est ici vu comme « la capacité des systèmes vivants à se développer, à innover, à s'améliorer, à créer des connexions neuronales plus solides, et par là à devenir plus matures dans leur autorégulation ¹⁴⁷ ». Une spécificité de l'éducation somatique provient du fait qu'elle ne se fonde pas sur un savoir transmis de façon théorique ou magistrale, ni sur l'étude de pathologies ou d'un modèle médical mais repose sur la capacité des individus à apprendre à apprendre, développer leur curiosité et leur autonomie en lien avec l'expérience.

Il s'agit d'un processus dynamique et réflexif engageant, qui invite à explorer par le mouvement, la respiration, la parole, le toucher, l'attention et la pensée, individuellement et/ou en groupe. La guérison constitue donc un aspect marginal de l'approche, qui, par contre, favorisera la prévention. En cela, Yvan Joly rappelle que

¹⁴⁵ Lire à ce propos les travaux des neuroscientifiques Antonio DAMASIO, Albert MOUKHEIBER, de la chercheuse en sciences cognitives Magali OLLAGNIER-BELDAME, du neurobiologiste Francisco VARELA, des psychologues Didier ANZIEU et Pierre VERMERSCH.

¹⁴⁶ NAVARRO Beatriz, *ibid.*

¹⁴⁷ JOLY, Y., *ibid.*

l'éducation somatique soutient la santé, la performance artistique et sportive, l'apprentissage scolaire et la qualité de vie en général.

Une pédagogie alternative ?

BMC et BMM se posent en techniques *d'éducation somatique* : ce sont des approches pédagogiques qui visent l'exploration de conceptions particulières du soma assortie de savoirs expérientiels spécifiques dans l'idée de favoriser une pratique autonome. Mais comment transmettre une approche empirique fondée sur l'expérience subjective ? Comment et sur quelles bases valider son expérience propre ? Comment l'exploration de l'individu peut-elle résonner et s'accorder avec une expérimentation collective, et vice versa ? Est-ce nécessaire et si oui en quoi ? Comment élaborer des connaissances à partir de la pratique ? Comment apprendre à sentir, explorer et apprendre ? Ce questionnement sur les modes d'apprentissage constitue l'une des pierres angulaires de ces méthodes. Selon Anne Cazemajou, elles

« privilégient un travail en lenteur, insistent sur la relation à l'ensemble du corps et s'adressent au système nerveux plutôt qu'aux muscles, au corps-conscient plutôt qu'au corps-machine. (...) afin de susciter l'expérimentation créatrice et non l'imitation, les propositions ne sont pas montrées mais faites oralement. Ainsi, bien loin d'un quelconque esprit de compétition, chacun s'oriente selon son propre cas dans des propositions valables pour tous. À l'aide d'un professeur dont la voix ou les mains le guide dans sa découverte (évitant ainsi tout modèle à reproduire), (...) [l'élève fait] appel à son sens kinesthésique et à sa compréhension (...). Ces pratiques, basées sur l'exploration, sont donc de véritables philosophies de l'apprentissage. "Apprendre à apprendre", apprendre le bon usage de soi est leur but. Car "Si nous ne savons pas ce que nous faisons, nous ne pouvons pas faire ce que nous voulons" (Moshe Feldenkrais)¹⁴⁸ ».

Partant de l'expérimentation, elles posent l'expérience singulière comme validation essentielle. L'aboutissement à un changement concret vient la confirmer, mais pas uniquement. En BMC et BMM (à la différence de techniques plus individuelles comme Alexander ou Feldenkrais), elle est intégrée à l'expérience collective. Ainsi les temps d'exploration et de partage verbal fonctionnent comme recueil des expériences

¹⁴⁸ CAZEMAJOU Anne, « Pratiques somatiques », Centre National de la Danse, 2005, p.3.

individuelles et élaboration commune des fluctuations, nuances et invariants expérimentés.

Ce type d'approche pédagogique est à rebours des pratiques habituelles dans les milieux éducatifs institutionnels qui priorisent le savoir descendant et une relation hiérarchique maître-élève, comme l'observe Anne Cazemajou :

« Après des années d'un enseignement de la danse souvent directif et autoritaire, les pratiques somatiques (ré)éduquent vers une liberté structurelle, fonctionnelle et expressive. Elles mettent sur le chemin d'un travail personnel et proposent à l'élève de prendre en charge son apprentissage. (...) À l'opposé d'une vision mécaniste de l'apprentissage, c'est le processus qui importe, le comment plutôt que le but ¹⁴⁹ ».

Isabelle Ginot insiste sur ce type particulier de pédagogie qu'elle voit comme étant « une pensée de l'apprentissage qui fait écho avec les courants "alternatifs" de la pédagogie, regroupés sous le terme de "méthodes actives" ¹⁵⁰ ». Il s'agit même selon elle d'un « activisme perceptif (p.22) » qui inclut une « attention extrême, à la fois féroce et précise (...) et infiniment étendue (p.21) », une « réduction de l'effort (...), le primat donné à l'écoute des sensations fines (...) l'exploration des prémices du mouvement et non la recherche de son aboutissement (...), la recherche du mouvement sans blessure (p.21) ».

Ces méthodes sont donc très prisées des danseurs et des sportifs qui y voient une « alternative aux entraînements traditionnels (p.21) ». Ginot synthétise ces approches en les nommant « douceurs somatiques », intéressées aux « qualités de geste : lenteur, petite amplitude, faible intensité, relâchement, travail imaginaire ou visualisation (p.21) » et s'opposant à « l'exploit physique ». L'objectif poursuivi est celui de « l'élargissement d'un potentiel de geste, autrement dit l'acquisition des *conditions favorables* à toute virtuosité (p.22) ».

Pour ce faire, l'enseignement est centré sur l'activité des personnes impliquées : « l'enseignant ne délivre pas un savoir à des élèves supposés passifs, mais organise des dispositifs permettant à ceux-ci de découvrir et construire ces savoirs (p.22) ». C'est bien

¹⁴⁹ CAZEMAJOU A., *ibid.*, p.2-3.

¹⁵⁰ GINOT Isabelle, « Douceurs somatiques », *Repères, cahier de danse* (32/2), 2013, p.21-25. Toutes les citations suivantes s'y rapportent, sauf exception.

un processus de connaissance qui est investi plutôt qu'un ensemble de « savoirs constitués », mettant l'accent sur des compétences telles que « l'observation », le « non-jugement », la « non-directivité » ou encore « l'écoute active ».

Les temps de partage offrent des avancées de la connaissance sur un mode coopératif, profitant à la personne comme au groupe. D'après Ginot, cette méthode favorise « les conditions de l'autonomie, de l'auto-construction des valeurs du sentir (p.23) » et « laisse à chacun l'élaboration de son propre projet (p.23) ». Dans cette mesure, la chercheuse constate un apprentissage « profondément attaché aux valeurs de l'action, de l'autonomie et de la mise à distance des normes gestuelles (p.23) ».

L'expérimentation et la discussion collectives permettent au BMC et au BMM de demeurer des espaces de recherche vivants. L'intégration de l'embryologie depuis les années 2000 en est un exemple notable. L'évolution de la place du système nerveux considéré d'abord comme un système parmi d'autres puis devenant un système central pour la compréhension du soma en est une autre. Elle est en lien avec les avancées de la recherche sur le trauma et l'élaboration de la théorie polyvagale¹⁵¹ dans les années 1990.

En BMC, il est validé que la plongée expérientielle fait « émerger des états de corps, des qualités de mouvement et des états d'esprit spécifiques » reliés aux différents tissus du corps. Par exemple : les organes émanent des qualités de présence, de mouvement, de ressenti, d'action et d'interaction différentes de celles provenant du système osseux ou endocrinien. Le BMM est beaucoup plus nuancé sur cette question, et valorise la singularité traversée par chaque personne dans chacune de ces expériences. Beatriz Navarro s'appuie sur sa formation en BMM pour affirmer que :

« L'éducation somatique propose d'abord un corps vivant, elle donne naissance à la sensation et à la perception de la personne, par exemple on travaille sur des notions - sur le système squelettique - mais chacun ressentira le système squelettique de son point de vue et tout est bienvenu, il y aura des gens qui sentent leur système squelettique grâce au poids ou des gens qui

¹⁵¹ C'est le neuroscientifique américain Stephen PORGES qui l'élabore : <https://www.stephenporges.com/>

le ressentiront grâce à la tension, il y aura des gens qui ne le ressentiront pas, et cela donne lieu à un dialogue ¹⁵⁴ ».

D'après son expérience en toucher somatique, elle ajoute :

« le contact est basique, le contact corps à corps, vous tracez avec vos mains, il arrive souvent que la connaissance ne soit pas verbale mais plutôt à travers ce que ressentent vos mains, ce que vous recevez quand quelqu'un vous touche. Et ça change totalement l'humeur des gens, ça change la distance entre les gens, c'est à dire, ça nous met sur un plan horizontal parce que ça n'a plus d'importance si tu sais ou pas, tu as toujours un corps qui ressent, qui donne un toucher ou le reçoit ¹⁵⁵ ».

Depuis là, Beatriz pose le fait que l'échange constitue un deuxième élément fondateur de compréhension, de déconstruction, d'autodétermination et d'action : « dans ce partage, nous commençons à trouver des croyances et des concepts que nous pouvons partager, que nous pouvons établir (...) vos images de vous-même changent à l'intérieur, (...) alors dans la mesure où vous commencez à faire des cartes internes, vous avez des façons d'agir dans le monde ¹⁵⁶ ». Ginot rejoint cet aspect en soulignant que « les Somatiques offrent des outils pour redistribuer le "pouvoir d'agir" à partir de divers "savoir sentir" (...) qui s'opposent radicalement aux normes dominantes ¹⁵⁷ », ajoutant que ces approches « reposent toutes sur une utopie de la liberté ¹⁵⁸ ».

Ces méthodes éducatives dégagent un champ de connaissances, de découvertes et de réflexion qui façonne un nouveau rapport à soi, à son corps mais aussi aux autres, au vivant et au monde. Elles favorisent l'« embodiment », à savoir le processus d'« incorporation ». Cette notion, comme celles d'« intégration », de « déconstruction » ou encore de « régulation » est essentielle. Elles méritent toutes un développement en lien avec les problématiques rencontrées par Beatriz Navarro dans son parcours de vie et d'artiste.

¹⁵⁴ MARBÁN DOMÍNGUEZ Hugo et NAVARRO Beatriz, « Cuerpo Vivo, Cuerpo Transitorio. Volver a Casa es Volver al Cuerpo », Entretien, *El arco entre dos muertas*, 2015.

¹⁵⁵ MARBÁN DOMÍNGUEZ H. et NAVARRO B., *ibid.*

¹⁵⁶ MARBÁN DOMÍNGUEZ H. et NAVARRO B., *ibid.*

¹⁵⁷ GINOT I., *ibid.*, p.23.

¹⁵⁸ GINOT I., *ibid.*, p.25.

3. Quelques principes somatiques majeurs appliqués au parcours de Beatriz Navarro

« Le devenir ne parvient pas à quelque chose ou quelque part, là n'est pas son souci. [...] Le devenir est une force contenue qui n'aboutit pas, une condition qui ne se stabilise pas en un état. [...] Deleuze parle du devenir-animal, devenir-femme, devenir-minoritaire. Le trait d'union marque bien que le second terme ne représente pas un terme, mais qu'il s'agit d'un travail, d'une rencontre perpétuelle ¹⁵⁹ ».

Alexis Nouss et François Laplantine

3.1. L'incorporation et l'intégration pour exister et résister

Un mode d'apprentissage spécifique

Traduite par « cognition incarnée ¹⁶⁰ », « l'embodiment » est un concept fondateur dans le champ du soma, provenant de la psychologie cognitive. Il définit l'ensemble des pensées, sentiments et comportements basés sur l'expérience sensorielle et perceptive, et met en lumière une circulation de l'information à tous les niveaux de l'organisme. La cognition incarnée est utilisée pour penser nombre d'aspects de la vie humaine comme parler, bouger, interagir, se développer ou changer (de type de mouvement comme de point-de-vue). En BMC, sa fondatrice en offre une vision spécifique, le définissant comme « la présence à soi des cellules elles-mêmes, cela implique de renoncer à ses représentations conscientes. Il s'agit d'une expérience directe, sans étape intermédiaire, ni témoin (...) où le cerveau est le dernier à connaître ¹⁶¹ ».

Dans le Performascope ¹⁶², il est précisé qu'il s'agit d'une « cognition ancrée dans le corps et en interaction avec son environnement (...) utilisée dans les recherches en arts de la scène et en sciences sociales lorsqu'il s'agit d'étudier l'expérience corporelle subjective (le corps-vécu) ». Dans les méthodes somatiques francophones, on parle davantage d'« incorporation » que d'« incarnation » pour mettre l'accent sur l'aspect

¹⁵⁹ LAPLANTINE François, NOUSS Alexis, *Métissages, de Arcimboldo à Zombi*, Montréal, Pauvert, 2001. Cité par Andrée MARTIN dans l'article « Itinéraire d'un corps dansant », *Spirale* (242), 2012, p.54.

¹⁶⁰ Cf. MOUKHEIBER Albert, *Neuromania*, Allary Éditions, Paris, 2024.

¹⁶¹ BAINBRIDGE COHEN Bonnie, « The Process of Embodiment », *De l'une à l'autre. Composer, apprendre et partager en mouvements*, Bruxelles, Contredanse, 2010, p. 64.

¹⁶² <http://performascope.univ-grenoble-alpes.fr/fr/detail/177819>

processuel plutôt que sur un état. Incorporer, c'est engranger des matériaux exogènes et être en transformation constante, à l'image du vivant, plutôt qu'incarner un fond-forme immuable. Dans l'entretien qu'elle mène avec le danseur-chorégraphe-somaticien Hugo Marbán Domínguez ¹⁶³, Beatriz le souligne : « dans l'éducation somatique le corps et l'esprit ne sont pas divisés, le corps est le siège de l'esprit, sans tout le travail du corps il n'y a pas de concepts ». Selon elle, « la clé est que les connaissances et les concepts viennent grâce à une expérience corporelle et sensorielle ¹⁶⁴ ». L'incorporation constitue donc une étape de prise de conscience essentielle, non seulement pour se sentir et se penser exister, mais aussi pour évoluer et changer.

Incorporer et intégrer pour « se reconnaître » et affirmer son « droit à exister »

L'« embodiment » reflèterait la façon dont le soma intègre des changements qui se répercutent dans ses façons de sentir, ressentir, agir et interagir. Cet apprentissage révèle, nourrit et modifie une cartographie interne propre à chacun.e. La connaissance de soi évolutive qui en émane permettrait d'asseoir des formes d'affirmations à être et à exister, ainsi que Beatriz le mentionne :

« Le corps devient un moi-territoire, moi-mémoire, moi-imagination, moi-désir, moi-absence, moi-présence, moi-SOMA ; tissu palpitant absorbant et libérant l'expérience. Je l'intègre à travers mes neurones, je la déplace du calcanéum au psoas, je la pompe à travers l'aorte. C'est résonner dans la capacité d'être affecté et d'affecter les autres, à partir de l'intimité vivante d'être en mouvement¹⁶⁵ ».

L'incorporation offrirait un support créatif ouvrant à de multiples possibles, hors des sentiers battus de la technique chorégraphique ou des savoir-faire du quotidien, comme le précise la chorégraphe :

« dans mon travail artistique et pédagogique, la somatique est un dispositif concret pour m'accompagner et accompagner les autres dans la relation à l'indéterminé, à la métamorphose,

¹⁶³ MARBÁN DOMÍNGUEZ Hugo et NAVARRO Beatriz, « Cuerpo Vivo, Cuerpo Transitorio. Volver a Casa es Volver al Cuerpo », Entretien, *El arco entre dos muertas*, 2015.

¹⁶⁴ MARBÁN DOMÍNGUEZ H. et NAVARRO B., *ibid.*

¹⁶⁵ NAVARRO Beatriz, « La pratique somatique : anatomie, intimité et politique », intervention au Colloque Danse et Philosophie « Corps en résistance. Champs d'action en mouvement », Université Nationale Autonome de Mexico (UNAM), novembre 2019.

à ce qui se forme à partir de la sensorialité et disparaît immédiatement en laissant une trace, où l'intuition et l'artisanat organisent le mouvement comme un langage ¹⁶⁶ ».

Cette auto-éducation intime et sensible à partir de son « soi-corps » comme objet d'étude invite à revisiter des notions ¹⁶⁷ comme la (re)connaissance de soi, permettant celle de l'autre, selon la chorégraphe. Le renouvellement du sens de soi débouche sur des changements tangibles dans les rapports humains au quotidien comme dans la création artistique, ce dont témoigne Beatriz dans les entretiens menés.

Les effets de l'expérience ne peuvent s'imprégner qu'avec le temps nécessaire à leur intégration. Elle est fondamentale dans ces méthodes, et pose le temps comme support inhérent à la conquête d'une subjectivation réflexive. Beatriz le souligne : « l'éducation somatique est avant tout un travail de processus de digestion : ingestion, nutrition, digestion et expression ». Elle précise que l'intégration peut être confrontante : « ce qui change c'est la conception de soi, et quand cette conception change il y a des processus de vide, il y a des processus de confusion, il y a des processus d'inconfort, il faut aussi savoir comment accompagner ces processus, ce n'est parfois pas très confortable ».

Durant cette étape, de nouveaux espaces s'ouvrent : « le doute est un ingrédient important, car dans le doute, vous commencez à dire "ah, eh bien, je faisais régulièrement ça comme ça mais cela peut être fait d'une autre manière et si cela peut être fait d'une autre manière, alors ce n'est qu'une option" ». C'est dans cette mesure que des voies créatives innovantes peuvent voir le jour, selon la somaticienne mexicaine. Ainsi les pratiques somatiques lui permettent d'affirmer son droit à exister :

« je pense que beaucoup d'êtres humains doivent encore conquérir le droit d'exister, moi d'où je viens il y en a beaucoup. Mais je vois aussi que c'est quand même valide, tu vois, c'est pas parce que tu as plus de ressources matérielles que tu peux assurer ce droit ¹⁶⁸ ».

Elle constate que de là surgit cette « vitalité somatique » qu'elle perçoit chez l'autre, qui l'émeut tant et qu'elle cherche à faire naître. Car il lui semble alors percevoir un processus particulier : « c'est assumer le droit à exister, quelqu'un qui croit en cet

¹⁶⁶ MARBÁN DOMÍNGUEZ H. et NAVARRO B., *ibid.* Toutes les citations qui suivent en sont extraites, sauf exception.

¹⁶⁷ Cf. L'ouvrage du psychologue-psychanalyste Didier ANZIEU, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, 1985.

¹⁶⁸ NAVARRO Beatriz, Entretien 3 (Cf. Annexes).

instant qu'il a le droit à exister ¹⁶⁹ ». Cela la ramène à son histoire : « je me suis rendue compte que dans ma famille il n'y avait pas le droit à exister, quand j'étais très petite (...). Peut-être c'est ça que je cherche à voir dans les autres en espérant peut-être qu'un jour j'assume ça aussi dans ma vie ? ¹⁷⁰ ». La technique somatique lui fournit un support concret pour l'explorer, le partager et le mettre peu à peu en œuvre.

En BMC et BMM, une attention particulière est portée à prendre le temps d'accueillir les changements perçus en soi pour les y enraciner ¹⁷¹. Cette infusion lente soutiendrait le sens de soi et l'affirmation de sa singularité. Comme l'indique Beatriz : « nous créons notre réalité, notre réalité interne et aussi la manière dont nous lisons l'environnement, alors il est très important de pouvoir se replier sur soi, de pouvoir laisser de la place à la subjectivité, d'attendre que cela se produise ». La temporalité dilatée utilisée par les somatiques permet de (se) laisser faire, défaire des habitudes et désapprendre pour accéder à des ressources nouvelles, jusqu'alors non-conscientisées.

3.2. Déconstruire, réguler et relationner pour s'émanciper ensemble

Déconstruire pour s'autonomiser et s'auto-déterminer

L'anthropologue Anne Cazemajou souligne que les pratiques somatiques emploient « des moyens détournés qui passent par le lâcher prise et le déconditionnement à partir d'un travail minutieux d'observation du corps - de son fonctionnement, de ses habitudes ». Selon elle, « elles tentent de rouvrir les potentialités de l'individu et d'atteindre à une intégration maximale ¹⁷² ».

Ces approches proposent de suspendre les représentations, pour aborder l'inconnu du corps et de la sensation, guidé à partir des perceptions. Le but visé n'est pas seulement

¹⁶⁹ NAVARRO B., *ibid.*

¹⁷⁰ NAVARRO B., *ibid.*

¹⁷¹ À l'image de la définition du verbe « intégrer » issue du CNRTL : « introduire un élément dans un ensemble afin que, s'y incorporant, il forme un tout cohérent ».

¹⁷² CAZEMAJOU Anne, « Pratiques somatiques », Centre National de la Danse, 2005, p.1.

de « reprogrammer le corps » comme l'indique Anne Cazemajou, mais d'aboutir à une transformation de l'être profonde, globale, évolutive et en relation.

Le premier mouvement est celui de déconstruire ses habitudes. Cazemajou rappelle à quel point ce travail est long et laborieux : « Les éducateurs somatiques (...) travaillent à partir de l'idée selon laquelle "les changements dans le mouvement ne se font pas uniquement par des exercices moteurs volontaires et répétitifs, (...) mais aussi par un travail de raffinement sensoriel". "Être capable de sentir pour agir", tel est, comme le rappelle Sylvie Fortin, le leitmotiv de l'éducation somatique ¹⁷³ ». Elle souligne que « ce chemin vers l'autonomie demande patience et assiduité ¹⁷⁴ ».

Le deuxième mouvement consiste à s'ouvrir à l'inconnu des sensations et perceptions qui s'offre depuis un corps moins assujéti à ses autoroutes mentales. Puis il s'agit de reconnaître ces nouveaux modes de sentir, de les observer, se les approprier, les valider ou pas et les intégrer. Les pratiques somatiques nécessitent donc temps et régularité pour déconstruire, se transformer et s'autonomiser.

Ces modalités d'apprentissage contrecarrent une grande partie des pratiques éducatives institutionnelles, dominées par la transmission de savoirs intellectuels et théoriques excluant ceux du corps. Le premier pas est donc de se défaire peu à peu des représentations reçues, familiale, scolaire, sociale, culturelle, professionnelle. Beatriz souligne la force de l'habitus :

« la rééducation corporelle concerne l'apprentissage de soi. Vous apprenez à bouger dans votre famille et dans votre environnement et tant que vous n'avez pas accès à d'autres possibilités, vous penserez que c'est la bonne façon de procéder. Quand je parle de rééducation corporelle, je parle d'essayer d'autres façons de marcher ¹⁷⁵ ».

Pour apprendre à marcher, sentir et penser différemment, les techniques somatiques invitent à déconstruire les savoirs acquis pour aller à la conquête de ceux émanant de

¹⁷³ CAZEMAJOU A., *ibid*, p.2. Citant Sylvie FORTIN, « L'éducation somatique : nouvel ingrédient de la formation en danse », *Nouvelles de Danse*, 1996, p.18.

¹⁷⁴ CAZEMAJOU A., *ibid*, p.3.

¹⁷⁵ MARBÁN DOMÍNGUEZ Hugo et NAVARRO Beatriz, « Cuerpo Vivo, Cuerpo Transitorio. Volver a Casa es Volver al Cuerpo », Entretien, *El arco entre dos muertas*, 2015. Toutes les citations qui suivent en sont extraites, sauf exception.

soi. Beatriz est très critique à ce sujet : « nous sommes éduqués non pas pour recourir à nos propres expériences mais aux conceptualisations faites par d'autres ». Elle ajoute :

« je crois que l'éducation tue plus d'âmes qu'elle n'en fait vivre, (...) nous devons aller à contre-courant et rester des corps désirants pour avoir aussi la capacité de décider et la capacité de dire « non » de manière créative au système. Je ne vais pas te dire non parce que c'est non, je vais être plus intelligent et je vais proposer autre chose, je vais consacrer mon corps, ma chair, mon système nerveux à réfléchir aux options et c'est pourquoi je pense que l'expérience corporelle est importante ».

Beatriz aborde ici un autre pan de la déconstruction : celui du « conditionnement du désir » corrélé aux sociétés marchandes et capitalistes dans lesquelles nous vivons. Partant de « ce qui est souhaitable », elle soutient que :

« nous sommes éduqués à ne pas désirer, parce que le désir implique le corps, votre corps doit vouloir quelque chose, mais si votre corps est endormi, vous ne pouvez rien vouloir et alors vous pouvez suivre avec plus de docilité ce qu'on vous dit de faire, que ce soit se marier, avoir des enfants ou acheter une voiture ».

Selon elle, le contrôle systémique comme systématique du désir aboutit à la soumission des êtres : « sans désir tu deviens docile ». C'est donc un enjeu politique et personnel essentiel que celui de se réapproprier son corps comme espace d'un « moi-territoire » recouvert, entier et décolonisé des logiques dominantes, pourrait-on dire.

La danseuse mexicaine est convaincue que ce cheminement permet l'auto-détermination, au cœur de l'importance de la pratique somatique dans sa vie. Elle pointe l'aspect politique de ces approches, dont une ressource s'appuie d'après elle sur la « rééducation corporelle » et s'illustre quand « les gens commencent à prendre des décisions sur leur corps, sur leurs relations avec eux-mêmes, avec les autres et avec l'environnement ». Elle est certaine que « cela peut changer le monde dans lequel nous vivons ».

Les somatiques font émerger des façons différentes d'apprendre, d'être au monde et d'interagir. La proposition est de déconstruire les voies acquises du sentir pour aller vers la (re)découverte et l'appropriation progressive de ses propres modes perceptifs. La validation de ses ressentis constitue une étape importante, pour asseoir des formes d'agentivité évolutives. Ces approches valorisent la subjectivation et la singularisation

des modalités d'apprentissage, permettant aux personnes engagées dans ce processus de reconnaître puis d'assumer leurs capacités à être, sentir, s'auto-déterminer, dialoguer et agir. Pour rester vivantes, ces compétences ont besoin d'être intersubjectivées et constamment réactualisées.

Se réguler et s'accorder ou comment « prendre sa place »

La régulation, c'est le fait « d'assurer le fonctionnement normal de quelque chose » précise le CNRTL¹⁷⁶. En BMC, cela concerne la personne, le groupe et les interactions. Une attention particulière est portée sur le fait de s'auto-réguler, autant pour soi que pour les autres. S'auto-réguler, c'est avoir conscience de son état tonique intérieur et savoir le moduler pour favoriser la relation la plus accordée à soi, aux autres et au milieu. L'état tonique interne concerne l'état intérieur général dont le système nerveux donne un paysage ; celui-ci peut être très varié.

Certains paysages simplifient la relation (lorsque l'état est régulé, le tonus ni trop haut ni trop bas, l'attention est alors ouverte et la disponibilité à soi et aux autres présente) et d'autres peuvent la compliquer (en cas de douleur, maladie, stress, fatigue, tonus dérégulé – hypo ou hypertonique, tout ce qui vient interférer avec l'écoute intérieure, la disponibilité et l'accordage envers soi et avec les autres). Les pratiques somatiques fournissent des outils pour faciliter l'auto-régulation :

« L'accent mis sur le développement de la sensation de soi, de la sensation de confort et l'ouverture à ses besoins fondamentaux, l'apprentissage, l'écoute, la reconnaissance et l'usage du principe de nécessité invitent à une prise de conscience de son action sur l'environnement et sur soi-même. Cela invite à l'autorégulation, à développer une forme d'écologie du soi, un rapport équilibré à soi-même¹⁷⁷ ».

En BMC, une attention est aussi portée à la co-régulation, la façon dont chaque soma est attentif au tonus de ceux des autres et cherche à s'accorder avec, de façon à faciliter dialogue, compréhension, support et dynamique collectifs. Cet accordage est une base de l'accompagnement thérapeutique en BMC mais existe aussi pour faciliter la cohésion

¹⁷⁶ Cf. <https://www.cnrtl.fr/definition/regulation>

¹⁷⁷ JAY Laurence, « Pratiques somatiques et écologie corporelle », *Sociétés* (125), 2014, p.113.

de groupe, dans un processus de création ou au quotidien, par exemple. Une telle attention tonique soutient la relation, améliore la qualité des échanges comme des apprentissages.

D'après Anne Cazemajou, tous ces outils ont pour objectif d'élaborer « cette unité corporelle - qui ne nous est pas donnée mais que nous devons conquérir - qu'ont en vue les diverses pratiques somatiques, selon une approche propre à chacune ¹⁷⁸ ». En BMC et BMM, il n'est pas question de « conquérir », mais plutôt de faire de la place, créer de l'espace, pour laisser émerger une cartographie propre à chacun.e, cachée sous le poids des habitudes, des normes, des injonctions, des éducations, des entraves socio-culturelles. Et visant à s'émanciper de celles-ci.

Revenons au parcours de Beatriz au moment où elle termine sa formation en BMM. Elle a pris sa place au niveau professionnel et personnel, vit à Mexico, enseigne la danse contemporaine et les somatiques (Ideokinesis, Topf Technique et BMM) dans différents lieux de la ville. À ce moment de sa vie, elle s'épanouit dans son travail. L'approche somatique la nourrit et lui donne l'ancrage pour commencer à proposer des formes créatives en danse, même « de façon très timide ¹⁷⁹ ». Elle se stabilise aussi dans sa vie affective, se mettant couple avec Juri.

Durant cette période, sa sœur déclare une tumeur au cerveau. Cette maladie bouleverse la vie de Beatriz, qui accueille sa sœur chez elle et s'en occupe pendant 7 mois. Elle refuse plusieurs propositions de travail pour rester auprès de la malade et l'accompagne jusqu'à la fin. Beatriz est convaincue que « la présence somatique [l]'a soutenue pour la soutenir [sa sœur] ». Forte de ces apprentissages, elle constate qu'elle a acquis le support et l'ancrage intérieurs nécessaires pour accompagner sa sœur dans cette traversée du cancer, dans une forme d'accordage et de co-régulation que cette dernière a dû sentir, pour choisir de venir vivre chez la danseuse plutôt que chez leurs parents.

Le décès de sa sœur remet en lumière un besoin profond chez Beatriz, celui de partir :

« ma sœur est décédée, c'est revenu encore une fois ce sentiment de vouloir partir (...). Quand elle est décédée j'étais déjà en couple avec Juri, il était accepté pour étudier à Marseille, il m'a

¹⁷⁸ CAZEMAJOU Anne, « Pratiques somatiques », Centre National de la Danse, 2005, p.3.

¹⁷⁹ Cf. Entretien 1 (Annexes). Toutes les citations suivantes en sont extraites, sauf mention contraire.

dit « on y va ? ». J'hésitais un peu, mais vue l'expérience que j'ai vécue avec ma sœur : que la vie ça finit, c'est vrai que ça finit... (silence, peine) ... Si je reste ici par peur, ça ne va pas, si c'est par conviction, je peux rester, mais maintenant il y avait quelque chose dans mon monde qui avait totalement changé... ».

C'est donc par choix, en deuil et avec la nécessité de reconfigurer son monde et son rapport à la vie qu'elle décide de suivre son compagnon en France, où elle arrive en janvier 2014.

Interagir en mouvement ou comment « dialoguer avec l'inconnu »

Cette suite d'évènements rend visible un fort « dialogue avec l'inconnu ¹⁸⁰ », cher à la chorégraphe, qui s'ancre dans son expérience de vie. Dialogue avec l'inconnu qu'est le lien à sa sœur, avec qui elle renoue après tant d'années d'éloignement physique et affectif, dialogue avec l'inconnu de la maladie et de son accompagnement jusqu'à la fin, une épreuve de vie qui enclenche de profonds changements intérieurs. Dialogue avec l'inconnu d'une relation d'amour qui lui fait une invitation, celle de partir vivre à l'étranger, sur un autre continent, en terra incognita. Beatriz choisit de se laisser guider par toutes ces inconnues, avec la « conviction » d'aller de l'avant.

Sur le sol français, l'auto-régulation va lui être d'une grande aide pour affronter tous les défis à relever. Arrivés à Marseille en plein hiver, son compagnon entame directement la FAI-AR (Formation Supérieure d'Art en Espace Public), une formation sur 2 ans en arts de la rue. Il s'absente la plupart du temps, sur des périodes d'environ 3 semaines. Beatriz se retrouve donc assez seule, dans un pays dont elle ne connaît ni le climat, ni la langue, ni les usages, ni les personnes, ni les lieux ressources.

Elle souffre du froid, de la solitude, du manque de finances (« j'avais pas d'argent ailleurs que pour manger, je pouvais pas m'acheter un livre ») et d'un fort « sentiment d'infériorité » s'apparentant à du déclassement social :

« est-ce que c'est possible, que je peux, est-ce que quelqu'un va vouloir (venir à mes propositions de stages en somatique)...déjà je pense par rapport à mon histoire, mon pays, aussi mon visage

¹⁸⁰ Cf. Notes du journal de bord, expression employée à plusieurs reprises par la chorégraphe pour expliquer ce qu'elle cherche durant les temps d'exploration lors des résidences.

indigène (...)... c'était un peu difficile ça parce que j'avais de la tristesse et de la rage aussi, de pas sentir que j'étais au niveau d'opportunités, le monde me paraissait très grand et en plus, dans le moment que je ne parlais pas (français), encore plus grand...¹⁸¹ ».

Son itinéraire résonne avec celui du comédien et dramaturge brésilien Gabriel F., qui en a fait un seul en scène. Son spectacle *Adaptação*, tourne depuis 2013 (succès prouvant la généralité du thème !). Il traite de l'exil et des modes de survie qu'il génère. Le dramaturge partage avoir « cherché et creusé l'intime pour atteindre l'universel » :

« La solitude éprouvée pendant les répétitions où j'étais seul avec moi-même est tout à fait comparable à celle que j'ai connue en arrivant en France : un autre pays, sur un nouveau continent, un milieu professionnel très différent du mien. C'était, pour moi, une épreuve d'adaptation supplémentaire à une nouvelle réalité. J'ai dû apprendre une autre langue et n'avais pas d'autre choix que celui m'obligeant à me taire longtemps car je ne pouvais pas participer aux conversations. J'ai dû m'adapter à un climat non tropical, j'ai dû repartir à zéro, dans le travail et dans toutes mes relations. J'ai dû supporter la sensation d'être un poisson hors de l'eau et, par conséquent, apprendre à survivre, car d'une certaine façon, je dirais que j'ai dû m'habituer à vivre hors de l'eau¹⁸² ».

Beatriz s'attelle, elle aussi en premier lieu et avec détermination, à apprendre la langue :

« j'ai fait un mois de cours (payants) et après j'étais dans les assos de quartier par-ci par-là pour continuer à apprendre et j'ai travaillé beaucoup à la maison, j'ai écrit beaucoup. J'allais à la médiathèque de l'Alcazar et tous les vendredis il y avait des lectures pour les bébés, donc voilà, j'allais à ces sessions-là et voilà. Ça m'a pris un an je pense, parler... ».

Puis elle commence à donner quelques stages de BMM à Marseille, essayant de dompter le sentiment de ne pas se sentir « au niveau ». Elle en propose finalement de façon ponctuelle pendant 5 ans, de 2015 à 2019. Cela constitue son premier travail en France et sa première rentrée d'argent. Cependant, cette ressource ne suffit pas et elle commence à « paniquer » autour des questions financières. Elle pense alors « faire des ménages » ou « garder des enfants » mais son compagnon l'en dissuade en lui proposant de rester centrée sur ses compétences de danseuse et somaticienne, d'investir son énergie dans ce qui est important pour elle, et d'avoir confiance qu'il peut

¹⁸¹ NAVARRO Beatriz, Entretien 2, p.2 (Annexes). Toutes les citations suivantes en sont extraites, sauf mention contraire.

¹⁸² Cf. Dossier de présentation du spectacle *Adaptação* de Gabriel F. (production MC2-Grenoble, 2024).

subvenir aux besoins d'eux deux le temps nécessaire. Beatriz est en effet en couple avec un homme de nationalité suisse, artiste et musicien, issu d'un milieu aisé.

Après une première année difficile où elle puise beaucoup de ressources dans sa capacité à se soutenir et s'auto-réguler, Beatriz commence à se déployer et se lance en 2015 dans un projet de création personnelle intitulé *Som(os), des femmes et des os*. Par le biais de rencontres, de liens qui se tissent peu à peu, d'échanges avec les milieux artistiques de la danse et des arts de la rue marseillais, elle parvient à réunir 5 femmes artistes avec un groupe de femmes âgées pour explorer « comment le toucher nous met en lien ». Cette recherche ne bénéficie d'aucun subside. Elle prend la forme d'un laboratoire puis se donne à voir comme un processus participatif basé sur l'écoute et la rencontre entre les danseuses et le public. À partir de la conscience des os, Beatriz propose une expérience fondée sur le partage des sensations et la rencontre à partir du toucher. *Som(os)* est sa première performance somatique coopérative.



Photographie extraite de la performance Som(os), 2016 © Cie Onyrikon

CHAPITRE 3

DE L'USAGE DES MÉTHODES SOMATIQUES DANS LA CRÉATION ARTISTIQUE, DEUX EXEMPLES ISSUS DE L'EXPÉRIENCE DE BEATRIZ NAVARRO



*Vue de détail des cordes utilisées dans le dernier spectacle de la Cie Onyrikon,
intitulé Corde (création 2025) © Hélène Michalovitch*

1. *Urdimbre* ou le déploiement du vivant, ramifications d'une identité artistique

1.1. Le tissage complexe d'un parcours de vie et de création

Un entrelacs d'expériences artistiques

Suite à *Som(os)*, création-performance fondée sur l'approche somatique par le toucher comme vecteur de lien, Beatriz souhaite continuer à explorer la matière somatique au service du geste dansé, tout en s'orientant vers un public nouveau : les enfants. Elle crée une petite forme avec une artiste vénézuélienne en 2017, avant de continuer à développer l'idée de son côté. Une partition fondée sur l'exploration somatique voit le jour, intitulée « Les mains qui sonnent ¹⁸⁷ » puis *tAc-tiL-A-Zu* ¹⁸⁸. Son objectif est « encore la recherche du toucher mais amené à la relation avec l'enfant ¹⁸⁹ ». Le spectacle se décline d'abord en duo puis en trio avant de devenir un solo. Il se joue en France et en Suisse en 2020.

Avec cette pièce, la danseuse se demande « qu'est-ce que la communication quand il n'y a pas de paroles ? ¹⁹⁰ » et tente d'y répondre en proposant une oeuvre stimulant « mouvement, rythme et sonorité » chez le tout-petit. Sensorialité et perception sont prioritaires de façon à créer « un dialogue vivant et poétique » pour les « jeunes enfants à partir de 10 mois et les adultes qui les accompagnent (parents, assistantes maternelles, éducatrices, éducateurs, personnels de crèches) ».

Cette première pièce à destination de la petite enfance tisse une perspective majeure dans le travail artistique de Beatriz Navarro, issu de son approche somatique. En effet, le développement sensori-moteur occupe une place prépondérante dans les techniques somatiques, particulièrement dans le BMM et le BMC.

¹⁸⁷ Cf. NAVARRO Beatriz, Entretien 2, p.3.

¹⁸⁸ Cf. Dossier de présentation du spectacle *tAc-tiL-A-Zu* (Annexes).

¹⁸⁹ Cf. NAVARRO Beatriz, Entretien 2, p.3.

¹⁹⁰ Cf. Dossier de présentation du spectacle *tAc-tiL-A-Zu* (Annexes). Toutes les citations suivantes en sont extraites, sauf mention contraire.

L'étude de l'embryologie, des différents stades de développement de l'embryon, du fœtus, du nourrisson puis de l'enfant viennent irriguer la connaissance des somas adultes et la vision qu'ils sont évolutifs tout au long de la vie.

Beatriz continue à nourrir sa recherche créative pour les tout-petits en parallèle d'autres formes artistiques dans lesquelles elle s'investit. À partir de 2017, sa vie professionnelle s'enrichit de nombreuses créations et collaborations, notamment portées par son compagnon fraîchement diplômé de la FAI-AR ¹⁹¹ ainsi que par la famille de celui-ci. C'est une phase intense et fructueuse de travail en Europe qui s'ouvre pour la danseuse mexicaine. Juri Cainero ¹⁹², avec qui elle est venue en France, fonde en 2015 sa propre compagnie, Onyrikon ¹⁹³. Beatriz participe à chacune des créations, tout d'abord en tant que danseuse-interprète, puis aussi chorégraphe et enfin co-directrice artistique, du spectacle de sortie de la FAI-AR, *Onanis* (2015) à la création actuelle, *Corde* (2025).

De plus, elle est embauchée par son beau-père, Ferruccio Cainero, comédien, conteur et metteur en scène suisse, sur l'un de ses spectacles en 2017. De 2018 à 2022, elle part régulièrement en tournée avec la mère de Juri, Gardi Hutter ¹⁹⁴, une célèbre clown suisse, pour qui elle jouera dans le spectacle *Gaïa Gaudi*. Juri est "un enfant de la balle", grandi dans une famille d'artistes du spectacle vivant. Il est devenu musicien et maîtrise l'habitus lié à sa classe socio-économique. Beatriz doit y trouver et y « bricoler sa place ¹⁹⁵ », ce qui consiste en une nouvelle conquête pour elle, faite d'assimilations, d'acculturations, d'adaptations, mais aussi de frictions, de dissensions et d'affirmations.

« C'était comme si j'avais deux vies, avec la compagnie et avec mes propres projets. Les projets avec la compagnie c'était beaucoup plus structuré avec de l'argent de la Suisse et tous mes

¹⁹¹ Voir le site web de la formation : <https://www.faiar.org/>

¹⁹² Biographie disponible sur le site de la Cie : <https://onyrikon.gitlab.io/qui-nous-sommes/direction-artistique/juri-cainero/>

¹⁹³ Le site de la Compagnie Onyrikon : <https://onyrikon.gitlab.io/la-compagnie/>

¹⁹⁴ Voir son site en ligne : <https://www.gardihutter.com/fr/>

¹⁹⁵ Cf. Betty MERCIER-LEFEVRE, « Chercheurs et artistes : du trouble dans la place », *Recherches en danse* [En ligne] (6), 2017. L'expression y est employée par la chercheuse pour montrer la précarité et les fluctuations de la place de l'anthropologue sur le terrain, résonnant ici avec celles de la chorégraphe suivie. Cette référence à la notion de « bricolage » provient de Claude LEVI-STRAUSS dans *La Pensée Sauvage*, Paris, Plon, 1962.

projets étaient indépendants, il n’y avait pas d’argent mais plutôt un échange avec les gens qui venaient apprendre ce que je partageais et en échange ils participaient aux résidences ¹⁹⁶ »

confie-t-elle, rendant visibles à la fois la circulation artistique et économique nécessaire pour mener sa vie professionnelle tout en révélant les hiatus quant à des modes de fonctionnement créatifs et sociaux différents. Ce qui montre aussi le manque de temps et de connaissances du milieu européen pour y asseoir son propre travail.

De 2017 à 2023, Beatriz traverse une période professionnellement dense, enchaînant les créations, particulièrement celle de sa belle-mère associée à celles de la Cie Onyrikon. Celle-ci présente un spectacle monumental par le lieu et le nombre de personnes impliquées (80 personnes investissant une ancienne carrière de pierres), intitulé *CAVA* (2018), qui demande des mois de travail et de préparation. La chorégraphe co-crée et joue ensuite dans *Le Miroir d’Iyagbon* (2021), une pièce autour de questions décoloniales dans l’art menée en collaboration avec le sculpteur nigérian Samson Ogiamien ¹⁹⁷, spectacle que la Cie peine à faire tourner.

Beatriz relate cette effervescence, tant au niveau de la création artistique qu’au niveau des rôles et places à investir, de l’interprétariat à la co-direction :

« La mère de Juri (Gardi Hutter), clowne très connue en Suisse, nous a invités à travailler. Moi j’ai dansé, Juri était à la musique et elle était le personnage principal : Gaïa Gaudi. On a tourné beaucoup pendant 3 ans. À ce moment-là, j’avais le travail avec Gardi et avec la compagnie pour *CAVA*. J’avais beaucoup de travail avec la création artistique donc peu à peu j’ai laissé de côté les workshops (...). Après c’est venu la tournée de *Gaïa Gaudi* qui nous prenait 3 mois/an et en même temps on était en train de créer *Iyagbon*, et là c’était différent déjà ma place dans la compagnie, je devenais co-directrice artistique... ¹⁹⁸ ».

Arrive 2023, une année critique pour la culture, post-covid, marquée par des coupes budgétaires et une fragilisation massive du spectacle vivant à l’échelle européenne. Onyrikon obtient bien moins de subsides et la tournée de *Gaïa Gaudi* s’est terminée fin 2022. C’est un moment de suspend, de réflexion et de reconfiguration pour Beatriz et son compagnon, qui ne sont pas assurés de pouvoir continuer à créer.

¹⁹⁶ NAVARRO Beatriz, Entretien 2, p.3.

¹⁹⁷ Voir le site internet de l’artiste : <https://www.ogiamien.at/>

¹⁹⁸ NAVARRO Beatriz, Entretien 2, p.4.

« (...) en 2022 on avait encore pas mal de dates, mais pas en 2023, très peu de dates comparées à avant mais peut-être une dizaine encore. Là ça a commencé à ouvrir l'espace ¹⁹⁹ », précise-t-elle. Cette année charnière donne la possibilité à la danseuse de réinvestir son espace artistique personnel et de revenir à son désir de créer pour la petite enfance, nourrie des réalisations menées pendant cinq ans. La genèse d'*Urdimbre* est à ce sujet édifiante du tissage qui s'opère entre ces différentes expériences artistiques.

De Climat à Urdimbre, d'un fil au motif

La création du spectacle *Urdimbre* provient de plusieurs sources qui s'enchevêtrent. Le titre-même de l'œuvre fait référence au tissage, puisque « urdimbre » est un terme technique espagnol utilisé dans l'artisanat textile pour signifier le fil de chaîne. Les fils de chaîne servent de support à la trame. Ils constituent le tissage fondateur qui sous-tend la tapisserie, fil entrelacé dans les motifs et devenu invisible.

Ce titre est éloquent à bien des niveaux, mettant en lumière à la fois la façon dont la méthode somatique sous-tend un processus de création et nourrit le mouvement (les somatiques comme fil de chaîne au travail de la danseuse et créatrice), mais aussi tout ce qui tisse l'expérience artistique de la chorégraphe depuis 20 ans l'amenant à créer cette pièce, et enfin le sujet-même de la pièce, qui traite de la trame évolutive du vivant.

Tirons les fils à partir de 2022. Dans la continuité du *Miroir d'Iyagbon* présenté au Musée Ethnographique de Genève (MEG) en mai, celui-ci demande à Beatriz de danser pour l'inauguration de sa galerie sonore, en septembre. La chorégraphe propose alors une improvisation dansée sur l'œuvre sonore intitulée *Climat* conçue par l'artiste Amandine Casadamont ²⁰⁰ à partir du fonds du MEG. Beatriz partage que cette œuvre la touche et l'inspire car elle :

« relie beaucoup de musiques du monde des peuples autochtones. Ce sont 20 minutes qui passent par beaucoup d'imaginaire et de comment l'humain se met en relation avec le monde.

¹⁹⁹ NAVARRO B., *ibid.*

²⁰⁰ Cf. Présentation en Annexes.

(...) ce sont comme des morceaux de mémoire, des enregistrements des années soixante, soixante-dix. C'est déjà une mémoire sonore, et de ces peuples autochtones en relation avec leurs contextes. Je voulais quelque chose comme un recueil de morceaux ²⁰¹ ».

Beatriz retrouve des thèmes qui lui sont chers : la mémoire, inscrite dans les corps et les sons, des contextes de vie de plusieurs peuples ; le tissage des perceptions issues des cultures entremêlées et des ambiances sonores qui les restituent dans le montage, ainsi que ce que le geste dansé peut en proposer comme résonance éphémère. L'aspect de « recueil » l'intéresse aussi pour en proposer à son tour une traversée dansée, créant une forme de continuité interculturelle à travers le temps et l'espace.

À ces problématiques de longue date, ravivées et soutenues par la pièce sonore de Casadamont, s'ajoute le contexte d'alors de la danseuse, qui relate un moment précis, révélateur de son processus de création en vue de cette performance :

« À ce moment-là, j'étais à Longo Maï [communauté-coopérative agricole et artisanale située dans les Alpes de Haute Provence *NDLR*], à l'atelier de laine et j'ai vu un tas énorme de chutes de laine. Et deux jours après, je me suis dit que je peux faire un grand tissu avec ces chutes, comme les morceaux de mémoire que nous portons en tant qu'humains. Et de là m'est venue l'idée que cette mémoire n'est pas qu'humaine mais même bactérienne. Nous sommes le résultat érigé, dans le meilleur des cas, de toutes nos mémoires biologiques, nos ancêtres sont les bactéries. Comment je peux faire un voyage depuis les bactéries jusqu'à l'apparition de l'humain dans sa relation aussi complexe avec le monde ? ²⁰² ».

Beatriz crée alors une grande couverture à partir de ces bouts de tissus, et ce faisant, transpose le patchwork sonore qui inspire sa performance en patchwork de matières qu'elle assemble, symbolisant lien et continuité dans l'expérience de l'hétérogénéité sonore comme dansée, concrète comme abstraite.

« Avec cette idée, cette inspiration, j'ai créé *Urdimbre*. À ce moment-là...il ne s'appelait pas, je pouvais pas le nommer parce que c'était pour l'inauguration [au MEG], c'était un "one shot". À ce moment-là quand je l'ai créé, j'avais pas l'idée que ça va devenir quelque chose. Donc je présente ça, j'ai trouvé très bien, le public aussi, c'était beau et je me dis : "bah voilà, là il y a un matériel" ²⁰³ ».

²⁰¹ NAVARRO B., *ibid*, p.5.

²⁰² *Op. cit.*

²⁰³ *Op. cit.*

Urdimbre constitue un bel exemple d'un processus de création artistique qui se nourrit de ce qu'est et traverse sa créatrice. Beatriz est sensibilisée à l'évolution de la vie de par sa formation en BMM où une large place est faite à la phylo- et l'ontogénèse, le développement et l'adaptation du vivant, particulièrement de l'humain. Cheminant avec ces expérimentations somatiques, elle s'en imprègne et leur donne corps dans sa danse, dans sa pédagogie puis dans sa quête artistique. De *Som(os)*, pièce sur le lien par le toucher pour un public adulte à *tAc-tiL-A-Son*, spectacle sur la communication avant la parole (par le toucher, le son et le rythme) à destination des tout-petits, elle déploie son fil de chaîne.

Celui-ci s'enrichit de nombreux motifs, dont les créations avec la Cie Onyrikon. On peut imaginer par exemple que les *Onanis*, ces êtres nains sortis de l'imagination de Juri, à la fois « curieux, touche-à-tout et irrévérencieux ²⁰⁴ », participent à nourrir un imaginaire chez Beatriz, tout comme sa participation à la tournée du spectacle de sa belle-mère clowne. La danseuse exprimera d'ailleurs à ce sujet qu'elle a appris et intégré de Gardi Hutter une expressivité corporelle, une capacité à improviser et à exploiter un potentiel comique, qu'elle ne possédait pas auparavant et dont elle se sert à présent en spectacle ²⁰⁵.

La façon dont Beatriz concilie ses vies, ses identités (intime, personnelle, professionnelle, dont les rôles, places et statuts qui lui sont donnés/retirés et/ou qu'elle prend) et ses cultures (d'origine, d'adoption, familiales, amicales, professionnelles, esthétiques, artistiques, socio-économiques...) constituent une trame faite de filiations multiples qui s'entremêlent pour donner naissance à ses différents desseins artistiques, dont témoignent *Urdimbre* et *Corde*.

²⁰⁴ Voir la description proposée sur le site de la FAI-AR : <https://www.faiar.org/promotions-passees/promotion-5/juri-cainero/>

²⁰⁵ NAVARRO Beatriz, Entretien 3, p.10.



Couverture cousue par Beatriz Navarro à partir des bouts de laine récoltés à Longo Mai pour la création de Urdimbre (2024), © Cie Onyrikon

1.2. *Urdimbre*, un spectacle fondé sur l’approche somatique pour partager une vision poétique de l’évolution du vivant avec les tout-petits

Soubassements somatiques d’une pièce à destination des enfants

Forte de sa formation en éducation somatique issue du Body Mind Movement, qui la rend sensible aux domaines du pré-mouvement et aux origines du vivant, Beatriz accorde une grande importance à la transmission corporelle pour toutes, en particulier pour les jeunes enfants. Cet intérêt, qui relie corps, conscience, étapes de développement, mouvement et danse, se trouve confirmé dans un article qu’elle publie en 2013 dans la revue en ligne *Missa Brevis*. Partant des analyses du psychologue du

développement Jean Piaget puis des découvertes faites en neurosciences depuis les années 2000 ²⁰⁶, elle affirme que :

« le mouvement du corps est le premier système de communication chez l'être humain, il a été démontré que le fœtus dans le ventre de sa mère est réceptif, constamment stimulé par le liquide amniotique et la pression croissante de son propre corps contre les parois de l'utérus. Grâce au système vestibulaire, le fœtus commence à traduire son environnement, reçoit des stimuli et y répond. Le mouvement est donc notre première connexion avec le monde, c'est aussi l'outil primordial de notre survie ²⁰⁷ ».

Partir du mouvement pour établir un échange poétique avec des enfants ayant ou non acquis le langage, lui semble donc une piste judicieuse et créatrice : « L'être humain est corps et mouvement, avant même toute signification de soi que chacun peut consciemment élaborer. C'est par le mouvement que nous nous affirmons dans cette réalité, c'est par le mouvement que se construit notre personnalité ²⁰⁸ » précise-t-elle. Citant le pédopsychiatre Daniel Stern, Carla Bottiglieri va même plus loin, faisant du sens de soi procuré par le mouvement un support pour la relation à l'autre :

« On pourrait dire, suivant Daniel Stern, que le sens de soi émergeant du nourrisson est déjà l'anticipation d'une relation d'altérité, ou que ce soi est d'emblée l'espace d'un rapport : en ce sens, l'altérité qui régit le rapport à l'espace, régit le fonctionnement même de la sensorialité ²⁰⁹ »,

Aussi, l'éducation corporelle revêt pour Beatriz une importance capitale, afin de faciliter le bon développement psychologique et social de l'enfant, ainsi que celui de l'adulte qu'elle deviendra :

« La vie corporelle permet à l'enfant d'apprendre plus facilement, de concentrer son esprit et son corps sur l'activité en cours. Il est presque certain qu'un enfant répondra avec enthousiasme à l'invitation à bouger, à s'exprimer avec son corps. En fait, les enfants sont des experts de

²⁰⁶ Écouter à ce propos les podcats de Zoé VARIER sur France Inter, qui dressent un état des lieux de la recherche en sciences quant aux débuts de la vie humaine, in et ex utero :

<https://www.radiofrance.fr/franceinter/podcasts/les-grandes-etapes-de-la-vie>

²⁰⁷ NAVARRO Beatriz, « ¿ Por qué la educación corporal es importante para la formación del infante ? », *Missa Brevis*, 2013.

²⁰⁸ NAVARRO B., *ibid.*

²⁰⁹ BOTTIGLIERI Carla, « Soigner l'imaginaire du geste : pratiques somatiques du toucher et du mouvement », *Chimères* (78), 2012., p.116. Citant Daniel STERN, *Le Monde interpersonnel du nourrisson*, PUF, 1989.

l'intégration corps-esprit, ils utilisent cette intégration pour apprendre en permanence du monde qui les entoure, ils ressentent avant de penser ²¹⁰ ».

Elle s'inscrit ainsi dans une continuité de chercheurs qui posent perception et mouvement comme facteurs d'incarnation et de relation. Bottiglieri, dans cette idée, s'appuie sur les travaux d'Hubert Godard :

« Godard articule cette dimension écologique et dynamique de la perception à la construction de la corporéité propre selon les vecteurs de référentiels spatiaux : dans le développement ontogénétique, c'est par la différenciation et l'intégration de polarités vectorielles – haut/bas, avant/arrière, gauche/droite – que l'organisation des coordinations sensorimotrices procède, et qu'un sens de soi corporel, et une axialité liée à l'invariant gravitaire, commencent à émerger ²¹¹ ».

Dans cette perspective, Beatriz s'attelle à développer une création artistique fondée sur le mouvement, la proprioception, leur exploration et les imaginaires qu'ils permettent de déployer auprès des enfants. Pour cela, elle se rapporte à ses propres expériences somatiques, retraversées et conscientisées via le BMM et durant ses propres recherches et enseignements. Elle s'inspire des explorations faites à partir des sens et des perceptions, réinvestit le matériel connu sur les réflexes, les étapes et schèmes de développement in/ex utero.

Mais c'est aussi toute l'évolution du vivant qui la passionne dans la construction d'*Urdimbre*, et donc la phylogénèse. Dans cette tension vers les origines, elle cherche à remonter à la naissance de la vie pour donner une vision poétique de ce trajet inachevé, en constante mutation. Il s'agit de partir de la bactérie comme organisme unicellulaire, unité de base du vivant, pour aller progressivement vers l'humain, une organisation beaucoup plus complexe. La chorégraphe présente sa pièce comme :

« un spectacle qui évoque les différentes étapes de la vie et l'apparition de l'humain, mais pas comme un signe de première communication, parce que je pense que la matière vivante se communiquait déjà avant nous. Nous, nous communiquons parce qu'eux communiquaient avant nous. Mais avec l'apparition de l'humain apparaît une qualité de relation hyper complexe ²¹² ».

²¹⁰ NAVARRO B., *ibid.*

²¹¹ BOTTIGLIERI Carla, *ibid.*, p.115.

²¹² NAVARRO Beatriz, Entretien 2, p.5.

Urdimbre dévoile une traversée phylo- et ontogénétique en mouvement et en musique. Elle pose « le déploiement d'un processus virtuellement illimité, d'une série d'individuations partielles et successives dont le développement ontogénétique ne constitue qu'un mode, si nous maintenons avec Simondon que la vie est elle-même une *ontogenèse perpétuée*²¹³ », à l'image de ce que montre Bottiglieri des savoirs somatiques issus du toucher et du mouvement.

Un peu de la vie d'Urdimbre : des répétitions à la première

Mon terrain en lien avec cette création se déroule en trois temps, à Marseille. J'assiste d'abord à une répétition en novembre 2023, puis à plusieurs moments de résidence en septembre 2024 avant un temps d'atelier scolaire mené dans une école du centre-ville en octobre de la même année.

Pour de ma première venue, Beatriz choisit de ne rien me dire de la création à part qu'elle est destinée aux « jeunes enfants », sans préciser d'âges. Arrivée sur le lieu de répétition, un garage réaménagé en boîte noire en plein centre de Marseille, je m'installe devant une scène très peu éclairée. Le filage commence : sons et masse informe en mouvement émergent progressivement de l'ombre. La masse est composée d'une grande pièce de tissu cousue de multiples morceaux de laine de couleur brune, grise, beige, écrue. Le tissu semble dense et lourd. Peu à peu, il prend vie, change de formes, semble rencontrer puis jouer avec la musique.

Tous deux s'organisent en passant par des qualités de mouvements et de sons diversifiés, en échos, dialogues ou contrastes. La forme se déploie, se contracte, soubresaute, fond, se reforme, s'expand ; la musique accompagne, précède ou prolonge ces métamorphoses. Des extrémités puis des membres humains apparaissent bientôt par les trous du tissu avant que celui-ci ne se mette à virevolter sur des pieds dans l'espace, le temps d'une valse.

Puis la forme se verticalise véritablement et se déploie dans l'espace, jusqu'à ce que l'humaine en-dessous apparaisse et fasse face au public. À l'issue du spectacle, la

²¹³ BOTTIGLIERI Carla, *ibid.*, et citant Georges SIMONDON, *L'individuation à la lumière des notions de forme et d'information*, Éd. Jérôme Million, 2005.

danseuse souhaite inviter le public à participer en proposant des extrémités du tissu à tenir par les enfants et les adultes pour l'explorer ensemble (se cacher dessous, apparaître, l'étirer, le rassembler, s'enrouler, se rapprocher, s'éloigner, se transformer avec...). Le spectacle dure environ 30 minutes, et est pensé pour aboutir à cette rencontre avec le public. Victor Coste, le créateur sonore et musicien live de la pièce ainsi que Beatriz, conceptrice et danseuse, m'informent qu'ils travaillent dessus depuis environ 2 mois.

Plus tard, Beatriz me précisera que c'est un travail destiné à être montré :

« en crèches, en bibliothèques, médiathèques. C'est une forme qui veut se présenter de manière démocratique. Ça veut dire il n'y a pas un scénario, une scène et un public à part, nous sommes dans le même espace et toute cette métamorphose prend place jusqu'au moment où le tissu sera accueilli par le public et le public fera ce qu'il veut avec ce tissu ²¹⁴ ».

On retrouve là une idée-phare de la chorégraphe qui promeut l'aspect « démocratique », accessible, décloisonné et participatif du public dans ses pièces.

Dans la foulée de ce premier filage, les deux artistes me mettent à contribution (ou comment passer derechef de l'observation à la participation) en me demandant un retour, à chaud. Cette situation impromptue me ramène à la délicatesse de ma position de chercheuse et à cet entrelacs relationnel, affectif et professionnel dans lequel je suis enchevêtrée, celui de me situer à la croisée d'une relation amicale, d'une « pratique partagée ²¹⁵ », d'une recherche universitaire portant dessus et d'un glissement de la pratique vers son analyse. J'en viens à faire l'expérience que nomme l'anthropologue Julie Boukobza dans son ethnologie des danseuses orientales professionnelles au Caire :

« d'une compétence de l'acteur ou du participant, j'ai accédé à une compétence du spectateur, à contre-courant du mécanisme de l'apprentissage de l'observation participante qui porte l'ethnologue observateur à devenir acteur. En modelant l'acuité d'un regard spécifique sur l'autre, la distanciation à l'objet a orienté ma pratique de l'enquête et du terrain. J'ai franchi une

²¹⁴ NAVARRO Beatriz, Entretien 2, p.5.

²¹⁵ BOUKOBZA Julie, « Pratique partagée et émotions en partage », *Journal des anthropologues* (114-115), 2008.

ligne du regard, et j'en ai de ce même fait acquis une conscience plus nette, en expérimentant moi-même le caractère mouvant de la ligne symbolique entre observation et participation ²¹⁶ ».

Ce caractère mouvant, associé aux multiples places où les personnes observées m'invitent ou me mettent d'emblée vient à la fois éclairer un faisceau de réflexions sur le sujet, l'enrichir et complexifier mon regard dessus. C'est depuis cette place mouvante et émouvante, impliquée et impliquante, que j'essaye de construire et restituer le parcours complexe de Beatriz Navarro, cherchant à révéler, à la suite d'Audrey Bottineau :

« les évolutions du rapport au terrain, les situations et les rôles traversés ainsi que les divers sentiments éprouvés, qui donnent à chaque enquête sa couleur particulière. La réflexivité menée autour d'une connaissance en constante élaboration retrace les hésitations, les interrogations, les doutes d'un chercheur investi dans un terrain ²¹⁷ ».

C'est depuis « cette tension entre empathie et objectivation²¹⁸ » que je tente d'aboutir à la constitution d'un savoir scientifique sensible.

Aussi, répondant à la demande formulée par mes interlocuteurs, je témoigne que je suis très touchée par l'expérience sensorielle et sensible que je viens de vivre, résonnant avec les mots de Gilles Deleuze : « l'émotion se prolonge dans le monde sous forme d'action comme l'action se prolonge dans le sujet sous forme d'émotion ²¹⁹ ». J'ai le sentiment d'avoir été traversée par de multiples états du vivant, en mouvement, avec fluidité et facilité.

Sans que je sache de quoi la pièce parle, je me sens mue dans mon corps et, au fil des transformations proposées, reconnais des stades de développement, d'une forme simple à des formes de plus en plus complexes, jusqu'à ce qui me semble être l'émergence de la première femme homo sapiens de dessous la couverture.

Je me sens transportée dans le temps et les différentes strates de l'évolution de la vie, des origines jusqu'à aujourd'hui. Je suis mue et émue, appréhendant une nouvelle fois

²¹⁶ BOUKOBZA Julie, *ibid.*, p.2.

²¹⁷ BOTTINEAU Audrey, « L'empathie pour comprendre le métier de chorégraphe », *Journal des anthropologues* (114-115), 2008, p.1.

²¹⁸ BOTTINEAU Audrey, *ibid.*, p.2.

²¹⁹ DELEUZE Gilles, *Foucault*, Éd. de Minuit, 1986, p.254.

la force de résonance somatique au niveau physique comme imaginaire. Cette force me paraît d'autant plus vive que j'y suis sensibilisée, partageant la vision qu'en a Carla Bottiglieri : « En tant que fabriques de la sensation, les méthodes somatiques reposent sur l'apprentissage de ce sentir, et de se sentir, expérience et présence qu'il faut à chaque instant réactualiser dans le présent de la rencontre avec de nouvelles sensibilités²²⁰ ».

À mon sens, le spectacle atteint son but, la scénographie est simple et efficace (plateau vide, couverture qui prend vie par la danseuse en-dessous), la création sonore se cherche et mérite encore de s'étoffer (Victor vient de rejoindre le projet), le déploiement de la forme peut gagner encore quelques qualités différentes de mouvement, la création lumière reste à inventer. L'objectif poursuivi durant ce voyage de trente minutes est rempli. Reste à savoir comment de tous jeunes enfants pourront le recevoir...

Au Badaboum Théâtre, de l'observation participante...

S'ensuit un deuxième temps d'observation participante 10 mois plus tard, en septembre 2024, lors d'une résidence au Badaboum Théâtre (spécialisé dans le spectacle jeune public) à Marseille. Je suis présente sur deux jours d'une résidence qui en dure cinq, avant la première du spectacle, qui a lieu in situ et constitue le spectacle d'ouverture de saison pour le théâtre.

La création a changé de lieu et est passée d'un ancien garage à une salle de spectacle dans un « vrai » théâtre, signe que financements et co-productions ont été finalisés via la structure de la Cie Onyrikon. Cela rappelle sa légitimité dans le paysage du spectacle vivant à Marseille. Je suis présente à un filage, en compagnie d'une partie de l'équipe du théâtre, dont le directeur technique et le créateur lumière.

Le dispositif scénique a changé : le musicien, qui était précédemment sur scène aux côtés de la danseuse, est à présent en régie, au fond de la salle. J'observe que le spectacle a par ailleurs beaucoup évolué depuis novembre, la continuité sonore et

²²⁰ BOTTIGLIERI Carla, « Soigner l'imaginaire du geste : pratiques somatiques du toucher et du mouvement », *Chimères* (78), 2012., p.118-119.

musicale tout comme le dialogue avec le mouvement se sont développés, affinés et assis. L'ensemble fonctionne comme une traversée continue mais le mouvement - ou la « couverture », a perdu en qualité somatique, pour devenir une partition plus écrite et moins incarnée.

C'est un problème que Beatriz et moi-même avons déjà observé lors des processus de création : le fait de faire émerger une matière vivante et singulière grâce à la pratique somatique puis le fait qu'elle perde en puissance à force d'être répétée, agencée et mise en scène. C'est d'ailleurs aussi une grande question du spectacle vivant : comment réinvestir à chaque représentation la qualité optimale de présence et de jeu, la « meilleure » incarnation possible ?

Ce questionnement traduit le « terrain complice ²²¹ » liant la chercheuse et la protagoniste de son étude. En effet, Boukobza constate que :

« les relations humaines établies dans le cadre de l'enquête s'orientent d'emblée vers l'idée d'une certaine affinité et la danse fournit un lien immédiat. Une définition basique de l'empathie, ou peut-être encore l'un de ses pré-requis, apparaît dans un lien de similitude entre deux êtres qui rend possible l'échange et la compréhension mutuelle ²²² ».

L'état d'esprit partagé autour du souci de la sensorialité et du sensible, du besoin de compréhension de nos places dans le monde, de sens, d'action, de choix, d'émancipation, le façonnage d'années de pratiques corporelles, techniques et créatives ainsi que les réflexions qu'elles ont fait émerger nourrit un terreau commun que nous arpentons ensemble, d'un côté et de l'autre de cette recherche.

Suite au filage, qui dure une vingtaine de minutes, les personnes présentes font leurs retours tant au niveau de leur réception du spectacle que sur les questions techniques qui peuvent se poser et doivent être résolues d'ici la première. Puis rendez-vous est pris pour le lendemain matin afin de revoir le tout et poursuivre le travail de retours à partir de ce qui s'est dit.

Le lendemain, nous sommes 4 spectateurices, dont le créateur lumière qui continue à se familiariser avec l'univers proposé pour imaginer son éclairage. Je prends

²²¹ BOUKOBZA Julie, *ibid.*, p.3.

²²² *Op. cit.*

spontanément des notes manuscrites pendant ce filage, de façon à faire des retours plus construits qui ont aussi le statut de notes de terrain. Ce faisant, j'investis spontanément le rôle de regard extérieur, puis suis avalisée dans cette posture par Victor, le musicien, qui propose que je revienne l'après-midi pour guider Beatriz. Il précise qu'elle n'en a pas bénéficié du tout depuis le début de cette création. J'accepte cette mission. Beatriz est d'accord.

Les retours des personnes présentes montrent que le spectacle "fonctionne" au niveau sensoriel, sensible, affectif et imaginaire. Des questions se posent autour de la réception que peuvent en avoir les enfants, particulièrement les tout-petits. Un questionnaire s'ouvre sur l'âge minimal conseillé pour voir la pièce. L'équipe du théâtre fait valoir que les enfants peuvent être impressionnés par une masse informe qui bouge, qu'ils peuvent prendre peur, que celle-ci peut être très contagieuse dans un groupe d'enfants. Cet espace d'échange et de dialogue est soutenant pour les artistes, qui ont besoin de retours extérieurs après tant de mois de travail immergé.e.s dans leur "bulle".

Une attention s'éclaire alors pour Beatriz, celle de moduler encore plus consciemment ses propres changements de tonus sous la couverture, de façon à aider la co-régulation tonique du public (principe d'accordage des systèmes nerveux pratiqué dans diverses techniques somatiques, vu dans le chapitre précédent).

... à l'implication artistique

De retour l'après-midi, Beatriz me met directement à contribution en me demandant de lui faire mes retours et de la conseiller pendant le filage. C'est une place qui ne me met d'abord pas à l'aise, je tarde à mentionner ce que j'aimerais dire, ayant des scrupules à stopper le déroulé. Un filage se déroule en entier, puis proposition est faite de le reprendre avec cette fois-ci un positionnement clair de ma part en tant que conseil artistique, impliquant que je fasse mes retours à voix haute pendant le déroulé.

Il ne s'agira pas ici, comme en témoigne Boukobza citant Vittorio Gallese :

« de ressentir exactement ce que ressent l'observé, mais néanmoins d'accéder dans une certaine mesure à ce ressenti : "avec ce mécanisme nous ne faisons pas que *voir* une action, une émotion ou une sensation. Parallèlement à la description sensorielle des stimuli sociaux observés, les

représentations internes des états du corps associés à ces actions, émotions et sensations, sont évoquées chez l'observateur, *comme si* il ou elle accomplissait une action ou ressentait une émotion ou une sensation similaire”²²³ ».

C'est donc depuis cet espace à la fois sensible, empathique et tentant de se distancier, à la fois en tant que témoin, danseuse, artiste, praticienne somatique et chercheuse en anthropologie sur son terrain, que je formule plusieurs retours assortis de propositions de travail et de choix esthétiques, principalement autour du mouvement, des durées, des tableaux et de leur progression, de certains réajustements musique et danse. Cette implication me rappelle à quel point j'aime cette place du regard extérieur, de la vision globale, des perspectives, du fait d'être à la fois à côté et avec, d'une façon dedans et dehors, d'apprécier une continuité et une diversité d'expériences, de la fabrication à la réalisation d'un objet artistique.

Dans cette mise en abyme du « regard extérieur », je goûte à la porosité et la circulation entre les rôles et places que j'investis en tant que danseuse, créatrice, artiste du mouvement, somaticienne, pédagogue, enseignante, observatrice de longue date du milieu de la danse et du spectacle vivant, et plus récemment chercheuse en anthropologie. Betty Mercier-Lefebvre rappelle d'ailleurs que :

« la notion de posture méthodologique fréquemment utilisée en ethnologie, fait écho à la problématique de la place. S'intéresser à la (ou les) posture(s) méthodologique(s) du chercheur au cours de l'enquête ethnographique participe d'une réflexion des modes d'implication sur son terrain et des enjeux épistémologiques de ses déplacements successifs, entre rapprochement (voire immersion) et distanciation avec le groupe étudié. Et in fine, comment cette expérience le déplace "car l'ethnographie concerne tout autant ce qui est regardé et questionné que celui qui regarde et questionne" ²²⁴. Dès lors, lorsque l'artiste est ethnologue (ou inversement), c'est à une mise en abîme des jeux de proximité et d'emplacements à laquelle on assiste, ce que confirme les propos de Michel Agier ²²⁵ : "[...] le métier des ethnologues montre que l'altérité est une attitude épistémologique réversible, un jeu de distanciation intellectuelle. C'est une place

²²³ BOUKOBZA Julie, *ibid.*, p.6.

²²⁴ LAPLANTINE François, *La Description ethnographique*, Paris, Armand Colin, 2006, cité par Betty MERCIER-LEFEBVRE.

²²⁵ AGIER Michel, *La Sagesse de l'ethnologue*, L'Œil Neuf, 2004, p. 106, cité par Betty MERCIER-LEFEBVRE.

relative que chacun peut adopter, nous-mêmes envers les autres, tout comme à notre égard ceux que nous rencontrons et découvrons”²²⁶ ».

À l’issue de ce temps de travail à trois, Beatriz et Victor semblent satisfaits de ma participation et me remercient. Je me sens à la fois valorisée et enthousiaste pour cette pièce que je trouve efficace et stimulante au niveau de l’expérience somatique qu’elle propose au public. C’est un spectacle qui meut les corps, les affects et les imaginaires, et il me semble que c’est l’objectif sous-jacent le plus important, en résonance avec son sens portant sur l’évolution du vivant. Beatriz partage à ce moment-là qu’elle cherche à mêler « l’abstrait et l’émotion » dans ses créations.

L’image la plus saisissante de ce filage reste pour moi le surgissement de Beatriz du dessous de la couverture, à la fin. Alors qu’elle est invisible durant toute la pièce, se montrant au mieux par ses membres, à la fin, elle marche debout, de dos, tenant la couverture à bout de bras au-dessus d’elle, ce qui lui fait comme un dais. Au moment où elle se retourne face au public, son visage et son corps dans toute sa verticalité apparaissent pour la première fois entièrement à découvert. Elle paraît toute entière, debout, déployée, ancrée, regardant le public, enfin visible, voyant et vue.

Ce moment est comme une apparition, j’y perçois la première femme de l’humanité suite à tout ce déroulement depuis les origines, aboutissement de la complexité du vivant. Mais j’y vois aussi Beatriz Navarro dans tout son parcours de vie et d’artiste, partant de l’invisible et l’informe pour aller vers la lumière, le visible, se donnant forme et s’érigeant en tant qu’artiste.

C’est tout le processus de se montrer, se révéler, s’incarner, s’affirmer en tant que créatrice qu’il me semble voir s’exprimer métaphoriquement dans ce geste final. La base somatique de Beatriz paraît s’exprimer à plein dans cette incarnation spectaculaire et me ramène aux mots de Carla Bottiglieri²²⁷ :

²²⁶ MERCIER-LEFEVRE Betty, « Chercheurs et artistes : du trouble dans la place », *Recherches en danse* [En ligne] (6), 2017, p.6.

²²⁷ BOTTIGLIERI Carla, « Soigner l’imaginaire du geste : pratiques somatiques du toucher et du mouvement », *Chimères* (78), 2012., p.115.

« Dans la perspective de l'écologie de la perception de Gibson ²²⁸, c'est en agissant que le sujet prend conscience de soi : un milieu n'existe qu'en rapport à une action qui le déploie, mais aussi, réciproquement, un sens de soi n'existe qu'en vertu de l'action qui le fait surgir. En proposant la notion d'affordance, Gibson met l'accent sur la réciprocité intrinsèque entre les capacités d'action projetées par le sujet, dès leur émulation perceptive, et les possibilités d'action offertes par un milieu, et selon lesquelles il est structuré et perçu ».

La chorégraphe et conceptrice artistique du spectacle semble ici prendre à bras le corps cette notion d'affordance, de potentialités d'être et d'agir, qu'elle transpose sur scène comme dans les autres domaines de sa vie à partir de ses fondations construites par la technique somatique. L'art est devenu pour elle l'un des endroits où elle explore et exprime son expérience créative d'être vivante.



Beatriz Navarro interprétant Urdimbre (2024), © Cie Onyrikon

²²⁸ GIBSON James Jerome, « Observations on Active Touch », *Psychological Review*, vol. 69, 1962.

2. Corde 1/2, défendre une vision artistique sous-tendue par les somatiques

2.1. L'initiation d'une création collective portée par Beatriz Navarro

Continuité de parcours et infusion lente

Le processus de création de *Corde* constitue le terrain premier de mon mémoire de recherche, terrain qui a évolué au fil des contraintes et réajustements liés à des facteurs d'ordre pratique et humain relatés dans le premier chapitre, pour se concentrer sur le parcours de la co-directrice de la Cie Onyrikon. La création de ce spectacle fait directement suite au précédent, *Le Miroir d'Iyagbon*, principalement par l'un des objets y étant utilisé : des cordes. Mesurant l'impact qu'elles avaient sur le public, dans la façon dont il les manipulait à la fin du spectacle, Beatriz choisit d'en faire le support de la création suivante :

« On a décidé de prendre cette scène de la production de *Iyagbon*, à la fin de la pièce. On a pris ce protocole du cercle avec des rayons et les rayons tenus par le public et à partir d'un certain signal sonore, le public réagissait ensemble en faisant bouger une énorme structure dynamique de cordes d'au moins 20 mètres de diamètre, donc déjà tu vois, tu visibilises une connexion... Avoir senti ce moment de puissance, c'est un indicateur somatique pour moi, donc [d'où] la décision de ne prendre que ça de la pièce et de dire « est-ce qu'on peut développer quelque chose seulement avec les cordes ?²²⁹ ».

À partir de cette intuition et pour explorer les possibles créatifs avec ces cordes, les deux co-directrices artistiques décident de mener plusieurs temps de recherche avec des groupes différents : deux laboratoires ont lieu au Mexique en mars puis décembre 2023 avec un groupe de 20 puis 30 personnes. S'organise aussi un laboratoire en Tunisie en avril-mai 2023, pendant lequel ils travaillent avec un groupe d'une dizaine de personnes.

Ils resserrent ensuite le travail autour de la création proprement dite en collaborant avec deux danseuses, au fil d'un ensemble de résidences échelonnées entre novembre 2023

²²⁹ NAVARRO Beatriz, Entretien 3, p.11.

et mai 2025. Entre ces temps de résidence, ils travaillent aussi à leurs projets respectifs et mènent des actions de formation autour de *Corde* (principalement en Suisse auprès d'étudiant.e.s en spectacle vivant au CCHAR - Centre de Création Helvétique des Arts de la Rue).

Depuis ses débuts, la Cie fait le choix de temps de création longs, en général sur 2 ans, afin de prendre le temps de déplier un sujet, expérimenter, faire surgir l'inconnu, laisser reposer et mûrir le travail avant de le reprendre. Ce processus témoigne du soin pris pour créer, de son importance et sa validité pour aboutir à des choix artistiques et esthétiques affinés, conscients et assumés. Ceux-ci tentent de transmettre l'aspect sensible, évolutif, vivant, subtil et sédimenté des images, tableaux, symboles et interrelations scéniques qui se déploient lors de la performance finale.

En cela, le *modus operandi* de la Cie participe d'une vision assez récente de l'œuvre et de la création, de plus en plus présente dans l'art depuis une vingtaine d'années, dont témoigne Anne-Marie Guilmaine :

« Cette recherche marque les œuvres d'une théâtralité souterraine, moins flagrante qu'auparavant, se laissant plutôt deviner comme une empreinte inversée, "sous-cutanée", pourrait-on dire. Filtre ainsi une dramaturgie des sens qui se développe à même le corps et la pensée en mouvement du performeur. Comment mettre en jeu une telle dramaturgie, souple et fugitive, dégagée d'une ligne de sens univoque ? Comment surgit-elle ? Comment s'incarne-t-elle ? ²³⁰ ».

Ce mode de recherche rappelle aussi celui des méthodes somatiques en ce qu'il choisit de se déplier sur une durée inhabituellement longue pour de la création dans le spectacle vivant, ne priorisant pas la productivité mais l'ancrage dans l'expérience, en soutenant l'émergence progressive d'une forme ; un véritable processus. Comme Beatriz, Juri est formé en Body Mind Movement, ce qui rejaillit possiblement dans ce choix de maturation lente. Tous deux recherchent une forme d'authenticité de l'expérience, devant se traduire dans les corps durant la performance. Guilmaine le constate plus largement dans la création contemporaine :

²³⁰ GUILMAINE Anne-Marie, « État de porosité », *Spirale* (242), 2012, p. 36.

« il semble qu'un degré zéro de représentation soit la position de départ à une dramaturgie du corps. Lié à la conscience du faire, il se repère par un état de concentration et de pleine présence à chaque étape d'une action. Héritiers des expérimentations des années soixante (pensons à Yvonne Rainer et la Judson Church, Allan Kaprow ou Richard Schechner), les artistes contemporains qui priorisent une dramaturgie du corps cherchent à authentifier le geste, en enrayant toute forme d'artificialité ou de maniérisme dans l'exécution des actions ²³¹ ».

Ce processus permet la sédimentation, la digestion, l'assimilation et l'intégration pour approfondir, ramifier, enrichir le geste comme la visée artistique et esthétique. Et ce jusqu'à l'aboutissement d'une forme spectaculaire validée par la co-direction artistique, en tenant compte d'un agenda relativement flexible. Suite à deux ans et demi de recherche et de création, la première du spectacle a lieu en juin 2025, avant une tournée initiale d'environ 13 dates sur les 3 mois d'été, en Suisse.

De la genèse à la représentation, un sac de nœuds ?

Durant le processus de création de *Corde* se jouent aussi deux éléments-clés de la relation entre les co-directeurices. En premier lieu, il s'agit d'une question de rôle et de place. Juri est le fondateur et directeur de la Cie depuis le début, en 2015. Ils sont déjà en couple à ce moment-là et Beatriz comme lui participent à toutes les créations. Beatriz y est d'abord interprète avant d'investir aussi le rôle de chorégraphe. À partir du *Miroir d'Iyagbon*, s'ajoute celui de co-directrice artistique. Cette évolution se fait progressivement et non sans heurts, affirme-t-elle :

« c'était pas un lieu gagné mais un lieu à nommer avec Juri, plusieurs fois, analyser pourquoi je devrais avoir ce nom [de co-directrice] et ne pas être seulement la chorégraphe, enfin pas "seulement", être chorégraphe déjà, c'est une place reconnue ! Mais je sentais comme on a l'habitude de...ne pas valoriser au même niveau le travail corporel et le travail intellectuel. Donc je me disais "si je suis autant que toi à la conception du projet, aux images, à la discussion de l'artistique et comment et quand et quel rythme et pourquoi ce symbole- là, je trouve qu'on est en train de diriger ensemble et que c'est mieux de le nommer, pour moi-même, pour toi-même et après c'est une visibilité". Pour ce projet [*Le Miroir d'Iyagbon*], je m'occupe de la gestualité, du travail corporel de la compagnie mais la discussion artistique, c'était à deux ²³² ».

²³¹ GUILMAINE A-M., *ibid.*, p.36.

²³² NAVARRO Beatriz, *Entretien 2*, p.4.

Ses paroles traduisent les frictions à l'œuvre. Elles rendent sensible un rapport de force et des formes de lutte implicites pour assumer, affirmer et visibiliser sa place. La thématique est d'autant plus présente chez Beatriz que leur relation est de fait inégale. Juri est un homme blanc, européen, issu d'une famille d'artistes suisses, possédant un capital structurellement dominant en termes de pouvoir social, culturel et économique, par rapport à Beatriz, qui est une femme, mexicaine d'origine indigène, issue d'un milieu modeste et non artiste, étrangère venant d'un pays du Sud ayant suivi son compagnon dans un pays du Nord.

Pour Beatriz, la question de la reconnaissance est primordiale. C'est un sujet qu'elle aborde au niveau somatique en nommant le regard de l'autre comme premier lieu de la reconnaissance de soi ²³³, un espace fondateur pour (se sentir le droit d') exister et s'individuer. De même dans l'espace social et professionnel, elle ressent le besoin d'affirmer peu à peu sa place d'artiste et de directrice de projet, d'être reconnue à cet endroit-là aussi.

Pris dans cet entrelacs d'enjeux qui les dépassent, ils s'en débrouillent comme ils le peuvent et Juri évolue peu à peu jusqu'à faire de plus en plus de place à sa compagne, ce dont elle témoigne :

« on a vu aussi apparaître un nouveau stade de notre collaboration, après les 3 jours de travail avec les danseuses [pendant la résidence-audition en février 2024], on a fait une pause avant de reprendre pendant 2 jours. À la pause, on a parlé avec Juri, et il m'a dit : "je sens que maintenant en toi il y a une maturité qui est en train d'affleurer. En fait, t'es à la tête du projet et moi j'accepte de sortir un peu pour soutenir". Pour moi c'était une surprise, même si j'ai pu le ressentir, quelques fois c'est difficile de sentir la sécurité de dire "voilà, c'est moi". Et on est arrivés à cette relation, mais le fait que ça vienne de lui, c'était touchant pour moi déjà et ça m'a mise à un endroit d'acceptation.

Moi aussi je dois accepter, je vais pas continuer à un certain endroit de moi à me nier, je peux maintenant accepter que j'ai cette capacité et que j'aime bien le faire [diriger] et que j'en ai envie. Donc c'était nommé (...), je suis à la tête pour la production d'images, scènes, langage corporel. Quand on arrive au lieu on sera collègues, au même niveau pour décider. Mais pour toute la production [jusqu']à l'ultime de cette identité esthétique qu'on est en train de créer, c'est moi

²³³ Le thème du regard de l'autre comme prime reconnaissance de soi revient dans tous les entretiens menés avec Beatriz (cf. Annexes).

qui ai la main. Et voilà, c'est une autre dimension maintenant. Et je le dis aussi pour faire le parcours de comment j'ai commencé avec la compagnie : je suis passée d'interprète à chorégraphe, à co-directrice artistique et même si aujourd'hui on est au même endroit de co-directeurs de la compagnie et dans ce projet-là, à l'intérieur, on sait qu'il y a une différence ²³⁴ ».

En tant qu'observatrice extérieure, je constate aussi ce positionnement de Juri en soutien, écoute, appui de Beatriz et note sa volonté de lui faire toute la place afin qu'elle puisse déployer pour la première fois dans une création subventionnée, son univers et ses choix artistiques. J'observe aussi au fil des résidences, les résistances à l'œuvre chez lui, sur des questions esthétiques, des visions artistiques et des besoins d'efficacité spectaculaire, ce qui les oppose et crée des tensions latentes.

Cette danse entre eux ouvre des espaces de négociations d'autant plus délicats qu'ils prennent forme dans un contexte particulier pour le couple, qui est en grand questionnement sur sa relation intime depuis le début de la création. Ce deuxième point influence de façon claire et implicite l'atmosphère de travail ainsi que l'ensemble du processus de création. Tous deux cheminent vers la séparation au fil de la création de *Corde*, spectacle fondé sur les liens humains comme soutiens ou entraves ; un sujet qui prend un sens tout particulier et provoque une résonance hautement sensible quant à leur actualité personnelle ²³⁵.

Les laboratoires au Mexique, découvertes collectives et orientations réflexives

En mars 2023, Beatriz et Juri encadrent un laboratoire de recherche sur *Corde* à Mexico auprès d'un groupe d'artistes du spectacle vivant. Ils restent en dehors de l'expérience tout en la guidant, afin d'observer ce qu'il s'y joue :

²³⁴ NAVARRO Beatriz, Entretien 2, p.7-8. Toutes les citations suivantes en sont extraites, sauf mention contraire.

²³⁵ À ce titre, le processus de création de *Corde* me fait écho au cheminement des artistes contemporains Marina Abramović et Ulay aboutissant à la performance *The Lovers : The Great Wall* (1988), à propos de leur séparation amoureuse, œuvre présentée ainsi sur le wikipedia de l'artiste : « Leur dernier travail, *La Grande Promenade de mur* de 1988, nécessite que chacun marche 2 000 kilomètres le long de la Grande Muraille, démarrant aux extrémités opposées et se réunissant au milieu. À l'origine de ce projet, cette marche l'un vers l'autre symbolisait les retrouvailles d'un couple amoureux. Mais huit ans plus tard, le temps nécessaire pour obtenir les autorisations du gouvernement chinois et leur relation s'acheminant vers une rupture, leurs retrouvailles au milieu du mur donnent lieu à une longue accolade, avant qu'ils ne s'éloignent l'un de l'autre ». Un extrait vidéo est disponible ici : https://www.youtube.com/watch?v=KtX7yZo_5vg

« On contenait l'expérience, on n'était pas dedans, (...) [je dirigeais] le travail corporel et Juri soutenait depuis la musique. Le premier [laboratoire] en mars était au Centre d'Investigation Chorégraphique à Mexico. On a travaillé avec des apprentis chorégraphes, qui étaient autour de 20 personnes. Donc on a mis à disposition ce protocole : du travail corporel à travers d'abord une phase de réveiller l'imaginaire somatique et sa puissance et sa manière de créer la gestualité à partir d'un lieu intérieur et de là se retrouver avec les cordes, avec toutes ces tensions et les tensions que ça faisait ensemble aussi et là on a découvert la force (p.6) ».

Le procédé de travail que mentionne Beatriz correspond à ce que j'observerai ensuite durant les résidences avec les danseuses. L'exploration se fonde sur la pratique somatique, partant de l'hypothèse qu'aviver la sensorialité permet aux stagiaires de se rendre disponible et d'activer une créativité ancrée dans les sensations et les perceptions de chacun.e.

Il semble que la chorégraphe cherche en premier lieu à mettre en branle les corps et voir ce qui en ressort, en laissant les représentations mentales le plus possible de côté. Il s'agirait ainsi de mobiliser le « dialogue avec l'inconnu²³⁶ » qui selon elle, est producteur de matières intéressantes pour la création, d'utiliser la méthode somatique pour renforcer la présence des artistes et « authentifier le geste », comme le signale Guilmaine²³⁷.

Beatriz nomme la « puissance » ainsi que la capacité des techniques somatiques à « créer la gestualité à partir d'un lieu intérieur (p.6) ». Ce qu'elle semble rechercher ici, c'est possiblement de créer l'espace pour l'expression des singularités, en se dégageant un tant soit peu des systèmes de croyances personnels et socio-culturels. L'objectif est de faire affleurer la matière intime propre de chaque participant.e, avant de les mettre en relation à partir de l'objet corde.

C'est durant ce premier temps d'expérimentations que Beatriz et Juri prennent conscience de ce qui sous-tendait leur intérêt pour la corde. Ils s'aperçoivent que les stagiaires entrent dans des jeux physiques assez rapidement intenses, mettant en relief des tensions corporelles, archétypales, antagonistes. La chorégraphe y revient en

²³⁶ Beatriz en parle dans tous les entretiens, cette notion apparaît fondamentale pour elle.

²³⁷ GUILMAINE Anne-Marie, « État de porosité », *Spirale* (242), 2012, p.36.

exprimant la révélation qu'elle a au moment où elle les voit se mobiliser pour les tirer ensemble ou en opposition :

« C'est presque instinctif, mais quand tu te mets force à force avec l'autre, tu veux gagner, très peu de personnes lâchaient... Maintenant je te le dis parce que j'ai pu le réfléchir mais à ce moment-là, je voyais la tension, l'expression que les cordes amenaient en tant qu'objets, l'expression qu'elles faisaient émerger, la sensation claire de tension (p.7) ».

Les cordes deviennent le support concret d'une grande expressivité corporelle chez les personnes impliquées.

Juri et Beatriz reviennent à Mexico en décembre 2023 pour un laboratoire organisé avec le Service Culture de la ville. Le groupe est constitué d'une trentaine de personnes rassemblant des pédagogues de danses, théâtre et musique travaillant dans les quartiers populaires de la ville. Ils/elles ont pour mission d'y apporter culture et lien social. Ces professionnel.le.s viennent en formation avec l'objectif de « développer des stratégies pour faire travailler les gens ensemble (p.7) ». Beatriz précise que « c'était un espace de formation pour eux et pour nous un espace de recherche, donc on mettait à disposition le protocole qu'on avait commencé à construire pour qu'ils puissent se nourrir, et c'était central le travail communautaire (p.6) ».

Cette direction de travail fournit une nouvelle visée à leur recherche créative. Après avoir exploré l'engagement physique procuré par les jeux avec les cordes, les états de corps et émotionnels qu'elles permettent de faire surgir, les deux artistes commencent à percevoir les nuances qui peuvent apparaître, et comment l'objet peut devenir une symbolique du lien.

« On a mis l'accent sur cette voie communautaire à travers les cordes, donc comment ça prend place, comment si tu donnes de la tension ça va attirer l'autre, est-ce qu'il accepte la tension ou redonne la tension, comment à partir de cette force tu peux être soutenu.e et tu peux être limité.e aussi (p.7) »,

précise Beatriz. À l'issue de ce laboratoire, le groupe fait une présentation publique devant le Palais des Beaux-Arts à Mexico (lieu public très populaire), au milieu de « rivières de gens (p.7) ». Dans le prolongement de ce temps de travail, Beatriz prend conscience de différentes strates d'affects pleinement somatiques reliés à la

manipulation des cordes. Les premiers qui surgissent semblent liés à des jeux de force physique, de tension et de relâchement, instaurant des formes binaires de rapports de force. La chorégraphe insiste sur la façon dont l'objet corde appuie, appelle et renforce cette présence somatique :

« À la fin de ce cycle de propositions collectives que j'ai menées, je me suis rendu compte à partir d'expérimentations, de la puissance gestuelle de la tension de la corde, surtout de la tension maximale, quand la corde s'étale et qu'on force et quand tu commences à voir la gestualité de l'autre et le jeu de pouvoir totalement corporel qui se joue là et à voir et témoigner des réactions émotives des gens, déjà.

Et tout ce travail était amené, porté, soutenu par la somatique parce que j'ai commencé surtout à faire d'abord une invitation pour faire apparaître la densité du corps et à partir de cette densité, se mettre en relation avec la corde et donc la corde avec les autres cordes à distance. Et donc sans densité tu peux pas maintenir la relation, il faut que tu sois dense dans tes os, tes muscles et tes organes pour pouvoir trouver un geste différent à tirer ou à lâcher. Donc là, c'était très présent la somatique pour moi, donner tout un cadre pour que la densité du corps apparaisse, et depuis cette densité, se mettre en relation ²³⁸ ».

Dans un second temps, des formes de négociations, de relations plus nuancées voient le jour. Elles semblent nécessiter davantage de temps et de dialogue avec l'objet pour émerger. Beatriz le formalise afin d'orienter les perspectives de travail : « pour moi, c'est devenu clair que la relaxation et la douceur, je devais les cultiver, que ce n'est pas immédiat comme la force, c'est pas spontané. Il faut donner du temps, la nommer, la renommer, la convoquer encore une fois pour que ça existe, ça a été ma découverte ²³⁹ ». Passer de la force à la douceur, du rapport de pouvoir à des types de relations plus diversifiées, le panorama du potentiel apporté par les cordes s'étoffe. Les co-directeurices décident de continuer à explorer les possibles que l'objet fait surgir.

²³⁸ NAVARRO Beatriz, Entretien 3, p.12.

²³⁹ NAVARRO Beatriz, Entretien 2, p.7.



Formation autour de Corde encadrée par Beatriz Navarro et Juri Cainero au CCHAR - Centre de Création Helvétique des Arts de la Rue, La Chaux-de-Fonds (Suisse), août 2024 © Vincent Guignet

2.2. Des laboratoires aux résidences, une approche dialectique du matériau de création

L'expérience tunisienne et son poids

En avril 2023, tous deux se retrouvent en Tunisie pour un nouveau laboratoire à l'occasion d'un festival. Ielles élaborent un spectacle avec un groupe local de break danseurs et un ensemble de musique traditionnel pour la Fête des Bergers de Djbel Semmama. Beatriz partage une prise de conscience qu'elle a à la fin du spectacle, à partir d'une expérience somatique impromptue, liée au fait de s'enrouler dans et de porter l'entièreté de la corde (de plusieurs dizaines de mètres) ²⁴⁰ :

« je me suis enroulée, et j'ai marché et là j'ai découvert le poids de ces cordes, et le poids lié à... au poids de la race, au poids du genre, au poids d'être étrangère, voilà, c'est un poids ! Et donc là apparut la dimension des costumes de cordes, pas que les liens comme les choses qui

²⁴⁰ Cf. Image de couverture du dossier de présentation de *Corde* (présent en Annexes).

connectent et que tu peux lutter, les cordes comme costume, comme poids, comme densité en soi-même ²⁴¹ ».

Son témoignage déplie plusieurs éléments importants pour la création à venir : à partir de cette intégration somatique, la danseuse prend acte d'au moins trois pistes à explorer. La corde est à la fois symbolique des rapports de force et de pouvoir, mais aussi des connexions, des relations et des liens (Mexico). De plus, elle vaut par elle-même, à la fois comme une matière, qui a forme, poids, consistance, résistance. Enfin, elle peut devenir un costume ou un personnage, porteur de sa propre densité scénique, à la fois concrète et métaphorique.

Porter l'ensemble de la corde, lors de ce spectacle créé en Tunisie entourée d'une dizaine d'hommes, en subir/apprécier le poids, amène la danseuse à prendre conscience d'autres poids, symboliques ceux-là, peut-être ravivés à ce moment-là dans ce contexte-là : ceux de la différence, l'exclusion et/ou la non-reconnaissance de par son genre, sa race et sa classe. Dans cette expérience, son corps et son identité la ramènent à sa biographie et l'objet corde à des prises de conscience qui deviennent métaphores. Andrée Martin le souligne en présentant le corps du danseur.euse comme :

« un corps à la fois personnel, familial et culturel, marqué par les expériences, mu par les affects, qui cherche et s'autorise à dévoiler et à déployer le tout dans son art. La danse serait en ce sens à la fois voilement et dévoilement, opacité et transparence, stratification spontanée, inclusion, coexistence et sédimentation révélée, granulation et lissage, présence, voire méta-présence, où vivre, faire et représenter s'entrecroiseraient et s'entrechoqueraient. Il y aurait ainsi, à la portée de soi et de son corps, toute la gamme des affects, des émotions, des sensations, des images et des imaginaires possibles, dans lesquels le danseur n'aurait qu'à plonger pour puiser, nourrir, pétrir et texturer sa danse. Un dépôt, nous dit Philippe Guisgand, une "sédimentation lente, couche après couche, d'expériences diverses" ²⁴² ».

Dès lors, ces questions seront à l'œuvre dans la création et rejailliront dans les résidences suivantes. Dans la continuité des laboratoires, les co-directeurices amènent plus clairement leur recherche vers la thématique des liens et de ce en quoi ils

²⁴¹ NAVARRO Beatriz, Entretien 3, p.12.

²⁴² MARTIN Andrée, « Itinéraire d'un corps dansant », *Spirale* (242), 2012, p.55. Citant Philippe GUISGAND, « À propos de la notion d'états de corps », *Pratiques performatives Body Remix*, sous la direction de Josette FÉRAL, PUQ/PUR, 2012.

constituent des soutiens ou des entraves. Beatriz résume les apports de ces trois laboratoires collectifs :

« Maintenant, c'est une année de recherche, de mettre en relation ces cordes avec les corps, corde-corps (...). C'est une phase de la recherche dont on sait que la forme qu'on cherche n'est pas la forme collective, mais elle nous a servi beaucoup pour aujourd'hui, pour comprendre ce trio de danseuses, comment ce trio va habiter cet imaginaire des cordes ²⁴³ ».

La résidence-audition, crash-test pour l'apprentie anthropologue

Je rejoins l'équipe en février 2024 pour une résidence-audition à la Déviation, un lieu culturel et associatif de Marseille. L'objectif de cette session est de poursuivre le travail de recherche artistique et de recruter la dernière danseuse du projet. Mes débuts en tant qu'apprentie anthropologue sur le terrain se font lors de cet événement et s'avèrent délicats. Je vis de la pression et du stress, me sentant débutante et peu armée pour mener le travail, prenant conscience de la difficulté de l'entreprise et des façons dont elle me renvoie à ma propre trajectoire de danseuse et d'artiste qui a fait le choix de ne pas devenir intermittente mais enseignante et de ne pas intégrer ce projet en tant que danseuse pour l'observer depuis un cadre universitaire.

L'anthropologue Betty Mercier-Lefebvre retrace cette difficulté bien connue dans la discipline, celle de trouver sa place, d'autant plus délicate lorsque le terrain est un espace de savoirs et de pratiques partagés :

« Appartenir à ces deux espaces simultanément pose cette question, devenue classique maintenant en anthropologie : "Peut-on, indigène parmi les indigènes, être ethnologue chez soi ?" ²⁴⁴. (...) qu'est-ce qui se joue dans cet entre-deux mondes, à quel exercice parfois acrobatique se livre-t-on pour trouver et garder sa place (dans la hiérarchie sociale), pour être (ou pas) à la « bonne » place ? ²⁴⁵ ».

En effet, je me pose beaucoup de questions sur ma place, ma légitimité, la manière d'être présente et de consigner mon expérience de chercheuse.

²⁴³ NAVARRO Beatriz, Entretien 2, p.6.

²⁴⁴ Cité par Betty MERCIER-LEFEVRE : URBAIN Jean Didier, *Ethnologue, mais pas trop...*, Paris, Ed. Payot & Rivages, 2003.

²⁴⁵ MERCIER-LEFEVRE Betty, « Chercheurs et artistes : du trouble dans la place », *Recherches en danse* [En ligne] (6), 2017, p.1.

D'autre part, les conditions matérielles sont difficiles : le lieu est excentré et âpre, c'est une ancienne usine coincée dans un repli de montagne à l'ombre du côté de l'Estaque, loin du centre-ville où je réside. Le temps de trajet est long et aléatoire (métro, tram ou train puis bus, puis environ 30 minutes à faire à pied pour atteindre le lieu). Proposition m'est faite de loger sur place dans une caravane mais il fait tellement froid que je préfère finalement rentrer chaque soir en ville. Durant ces cinq jours de résidence, l'équipe se révèle peu disponible et la rencontre avec Juri, le co-directeur artistique, tarde à se concrétiser. Je retrouve plus facilement Naoko, l'autre danseuse du projet, qui a déjà débuté le travail de création avec Beatriz depuis l'automne.

Sur place sont présentes 5 danseuses en vue de l'audition. Lorsque je les retrouve, elles ont déjà participé à une première journée de travail et doivent encore en vivre deux avant que la compagnie ne fasse son choix. La première matinée se déroule sous la forme d'un échauffement corporel suivi d'improvisations auxquelles je participe, de façon à faciliter mon inclusion. Beatriz détaille sa méthode de travail fondée sur une mise en œuvre somatique :

« il y a eu une base que j'ai travaillée avec la colonne vertébrale, justement avec cet objectif de donner de la densité, parce que comme on est très habituées en tant que danseuses à se bouger, bon voilà, tu peux entrer en automatique en mouvement sans être présente. On s'est entraînées pour ça et donc pour moi c'était très important de donner cette dimension de l'émergence. Et la première chose qu'on a faite c'est demander une improvisation, je me rappelle pas si c'est 30 ou 40 minutes, avec les yeux bandés. Personne voyait personne, et on savait que c'était une provocation dans le sens qu'à une audition t'es...très attentive au regard de l'autre et à ton regard à travers l'autre et donc en aveuglant ce regard, ça y est tu étais dans l'inconnu ²⁴⁶ ».

Le choix de prendre un contrepied soutient ici la visée de la directrice artistique qui cherche à faire naître un état somatique, interne et propre à chacune. Il s'agit de mettre les corps en mouvement, en cherchant à les éloigner des attentes et des représentations, pour faire émerger une forme d'authenticité, la singularité des danseuses. Elle précise :

« pour moi, basiquement, ces états [somatiques] sont un état de rythme ; je suis dans un rythme personnel éveillé, comme je te dis, je vois tout, je sens... c'est comme, je sais pas comment mieux

²⁴⁶ NAVARRO Beatriz, Entretien 3, p.13.

le décrire. Mais pour moi la somatique était dans la manière dont elles étaient déjà disponibles et moi je faisais la composition en live depuis cet état émergeant. Et pour le faire, je convoque et je donne aussi un état somatique²⁴⁷ ».

Cet « état somatique » transmis par la chorégraphe aux danseuses indique la circulation par capillarité des états de corps, ce que Nicole Harbonnier, enseignante en danse et en éducation somatique à l'Université de Montréal, met à jour en interrogeant des interprètes :

« 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., « Neurophysiological Mechanisms Underlying the Understanding and Imitation of Action », *Nature Neuroscience Reviews*, 2, 2001), et ce dont témoigne Caroline Gravel qui se souvient ici d'un moment vécu au cours d'une répétition de *Soft Wear* avec la chorégraphe Meg Stuart : "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"²⁴⁸ ».

Dans cette configuration, la chorégraphe d'Onyrikon place les danseuses dans une posture particulière aussi décrite par Harbonnier :

« 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 autogénérée par l'interprète²⁴⁹ ? »

Pour ce faire, Harbonnier enquête auprès de danseurs et de chorégraphes afin de révéler « une dynamique entre émotion, attention et lâcher-prise ». Elle leur donne la parole et révèle les nuances qui permettent de mettre en œuvre les états de corps recherchés :

« "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

²⁴⁷ NAVARRO B., *ibid.*

²⁴⁸ HARBONNIER Nicole, « Plongée dans l'expérience sensible », *Spirale* (242), 2012, p.51.

²⁴⁹ HARBONNIER N., *ibid.*, p.50.

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''²⁵⁰ ».

La chorégraphe citée rejoint Beatriz dans sa volonté de faire émerger des corporités sans plonger des deux pieds dans l'émotion, ce que nous verrons par la suite. Beatriz ajoute :

« une fois que j'ai senti qu'on est arrivé à réveiller cette présence vitale, je peux laisser cette structure se reposer pour vraiment composer en live [avec/à partir de] cette présence vitale, donc c'est ça que je faisais les derniers jours, composer en live (...). Je fais pas des explorations spécifiques avec la physiologie, je vais directement à des états de corps, et à composer avec ces états de corps. Et la présence de la corde, c'est un outil pour ramener à la présence concrète des corps²⁵¹ ».

En tant que participante puis observatrice, je note l'état d'implication dans lequel l'échauffement proposé puis les consignes d'improvisation nous meuvent. Une intensité est d'emblée présente, non seulement due au contexte de l'audition et donc d'une compétition sous-jacente, mais aussi liée aux propositions de travail impliquant des effets de groupe prenant la forme de marches, de balancements collectifs en rythme, un travail sur le regard, une gestualité simple à exécuter ensemble. S'ensuit un temps d'étirements en cercle se concluant par des roulés au sol, méthode somatique éprouvée pour réguler le système nerveux et permettre un temps de récupération en mouvement.

J'observe ensuite la mise en place de trios de danseuses avec les cordes. Durant ces trios, les propositions de Beatriz s'enchaînent et s'adaptent à la situation comme à l'énergie présente. Néanmoins, les jeux proposés font naître des émotions fortes mêlant désir, rejet, envie, retrait, des luttes et des fuites qui créent des formes de tension entre les danseuses. Leur engagement est évident et se concentre sur le nœud de cordes qui devient l'objet de toutes les convoitises. Depuis ma place d'observatrice, je suis traversée par l'intensité présente dans les corps et les vagues émotionnelles circulant dans l'espace. L'enquête d'Harbonnier appuie mes observations :

²⁵⁰ HARBONNIER N., *ibid.*

²⁵¹ NAVARRO Beatriz, Entretien 3, p.13.

« 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 ²⁵² ».

Investir au pied levé les rôles donnés par les enquêtés

L'avant-dernier jour, après plusieurs changements de plannings, je retrouve l'équipe et découvre quelle danseuse a été choisie. Celle-ci travaille avec eux pendant une demi-journée, afin d'asseoir la rencontre et valider le quatuor d'artistes. Je rentre ensuite au centre-ville avec Naoko, ce qui nous permet de sympathiser et pour ma part de commencer à écouter de façon informelle son récit de vie.

Le dernier jour, Naoko, Beatriz et Juri se concentrent sur la sortie de résidence ayant lieu le soir-même. Après une pause, on se retrouve à 19h pour un dernier briefing avant le spectacle prévu à 20h. Durant ce moment, Juri me demande à la volée de bien vouloir participer et me met à contribution tout d'abord sur l'organisation pour faire l'accueil du public avec une autre personne et refermer les portes derrière les spectateurices avant le début du spectacle. Puis de fil en aiguille, il me demande de prendre en charge une partie de la lumière, à savoir l'éclairage de Naoko à la fin du spectacle avec un petit projecteur mobile. Juri me montre comment l'utiliser et ce qu'ils attendent, on fait un test et on entérine.

Je suis agréablement surprise qu'il fasse appel à moi, d'autant plus que la rencontre avec lui se fait lentement, comme s'il n'en avait pas la disponibilité ou avait besoin de temps pour me jauger avant de m'accepter. Étant le co-directeur artistique, il a un poids très important dans ma possibilité d'être présente et je ne peux nier le rapport de force sous-jacent existant, entre la chercheuse en demande et l'observé observant la chercheuse.

²⁵² HARBONNIER N., *ibid.*, p.51.

Je sais d'autre part, que cette tension implique aussi Beatriz qui m'a incluse dans le projet, et j'ai besoin que tout le monde se sente absolument bien, en confiance et détendu. J'accepte donc sans réserve les places que me donne Juri ainsi que les missions qu'il me demande d'accomplir, avec l'implicite que c'est peut-être pour lui une façon à la fois de me rencontrer et me tester, de m'inclure, de se servir de moi et de me rappeler par là la position de pouvoir qu'il occupe. J'apprécie par ailleurs le calme et la clarté avec lesquels il me donne les explications pour exécuter les tâches, l'interaction est facile et fluide. Lors d'une résidence suivante, ayant proposé mes services, il me demandera de bien vouloir véhiculer les danseuses jusqu'à la gare au moment du départ. De façon spontanée, j'aide l'équipe à transporter et démêler les cordes, préparer ou ranger l'espace à chaque résidence.

La relation avec Juri me ramène à la flexibilité nécessaire intrinsèque à ma place de chercheuse. Betty Mercier-Lefebvre en fait état, rappelant la diversité des rôles occupés par l'anthropologue Audrey Bottineau durant son enquête auprès d'un chorégraphe normand :

« Concernant cette étude de cas, elle [Audrey Bottineau] précise : « Par mes observations j'ai été amenée à occuper des positions très différentes », celle de danseuse, (dès le début le chorégraphe l'invite à participer tous les matins à l'échauffement collectif de la compagnie et aux différents rituels de la journée, repas, discussions), celle de chercheuse pendant les temps de création (eux sur scène, elle en retrait observant et prenant des notes), celle d'assistante ou d'aide à la logistique (pour transporter des danseurs sans voiture, trouver un numéro de téléphone...) et enfin celle de vidéaste (l'outil vidéo d'abord légitimé par la chercheuse comme aide-mémoire à ses prises de notes, a été sollicité par le chorégraphe souhaitant lui aussi avoir une trace du travail de la compagnie). Elle conclut : "Rendre service a été une façon de nous faire accepter et de pénétrer le monde de la compagnie [...] cette immersion émotionnelle, intellectuelle et physique faisant de nous, une actrice du terrain observé"²⁵³ ».

Au final, la résidence-audition permet des avancées sur le fond et la forme. Juri et Beatriz actent que la pièce portera bien sur les liens comme supports et limitations. Beatriz partage qu'ils ont « trouvé un univers », par exemple la colonne vertébrale comme

²⁵³ MERCIER-LEFEVRE Betty, « Chercheurs et artistes : du trouble dans la place », *Recherches en danse* [En ligne] (6), 2017, p.5, citant Audrey BOTTINEAU, « L'empathie pour comprendre le métier de chorégraphe », *Journal des anthropologues* [En ligne] (114-115), 2008.

« corde flexible et (...) structurant le corps », tout comme l'apparition de la « féminité », ce qui est une surprise pour elle. La co-directrice artistique signale qu'ils ont aussi « vu apparaître une esthétique », à développer durant les résidences suivantes ²⁵⁴.



Formation autour de Corde encadrée par Beatriz Navarro et Juri Cainero au CCHAR - Centre de Création Helvétique des Arts de la Rue, La Chaux-de-Fonds (Suisse), août 2024 © Vincent Guignet

²⁵⁴ Toutes les citations présentes dans ce paragraphe proviennent de l'entretien 2, p.7-8, mené avec Beatriz NAVARRO (Cf. Annexes).

3. Corde 2/2, un processus de création tissé d'intrications, nœuds et dénouements

3.1. Au fil du processus de création, la place évolutive des somatiques

Morceaux choisis issus de la résidence à La Colle (Gréoux-les-Bains)

Je suis la Cie sur plusieurs temps de résidence dont à Gréoux-les-Bains en avril 2024. Les artistes se retrouvent à La Colle, un lieu de vie, artistique et associatif, créé par la Begat Cie (compagnie de théâtre). Pour des raisons économiques, Beatriz et Juri résident sur place en camion et en tente tipi depuis environ 2 ans. Le lieu se trouve en nature et accueille régulièrement des résidences comme des stages. Il est doté d'un studio ainsi que d'un grand gîte dans lequel les danseuses et moi sommes logées.

À la demande de Juri, je n'arrive que le deuxième soir de façon à permettre à l'équipe de refaire le lien et commencer à travailler en mon absence, ce qui est très frustrant pour moi. Cela rend plus difficile mes interactions, étant en décalage avec un groupe qui a déjà retissé le lien social et s'est plongé dans le travail quand je le retrouve.

À l'issue de cette semaine, Juri et moi avons d'ailleurs une longue conversation afin de négocier ma présence pendant les temps de résidence. Il s'agit de trouver une formule qui lui convienne suffisamment pour se sentir à l'aise tout en me permettant de récolter assez de données pour mener un travail scientifique. Au fil d'un échange à la fois convivial et délicat, nous finissons par tomber d'accord sur le fait que je peux être présente les 2/3 du temps lors des résidences.

Le lendemain matin, je rejoins donc un travail initié depuis déjà 2 jours. Le rituel quotidien consiste en un échauffement d'abord personnel pendant 20 à 30 minutes avant un échauffement collectif proposé par l'un.e des artistes à tour de rôle. Ma place est assez flottante mais il est convenu que je participe à ce temps puis peut-être au reste de la matinée, selon ce qu'il se passe.

Ce flottement deviendra difficile à vivre pour moi ainsi que pour Beatriz et Juri, qui optent pour des positions différentes. Beatriz cherchant à m'inclure au plus mais se rendant compte de la difficulté dans laquelle cela nous met lors des explorations et improvisations, et acceptant ce flou. Juri préférant que je reste en dehors du travail et redevienne observatrice dès la fin de l'échauffement, afin que les rôles soient clarifiés et les espaces séparés.

De l'intime au langage esthétique, une traversée adossée aux somatiques

Ce matin-là, Naoko propose une mise en corps inspirée de sa pratique du yoga, axée sur la respiration, l'accueil des sensations et des postures en mouvement. Dans sa continuité, Beatriz part de l'état tonique dans lequel se trouve le groupe et de la dernière posture proposée pour emmener vers un mouvement continu via des postures physiologiques de développement neuro-moteur. Chacun.e est invité.e à rouler sur les côtés au sol, se mettre à 4 pattes, avancer, reculer puis venir accroupi. Ce faisant, Beatriz oriente peu à peu l'attention de l'intérieur vers l'extérieur et du sol vers l'espace avec l'arrivée debout, dans la pièce, en marche, posant le focus sur la conscience de soi, des autres et de l'environnement, dans l'ici et maintenant.

S'en suivra un temps de partage en cercle d'un épisode choisi de son passé, raconté dans sa langue natale. Le groupe est multiculturel et d'origines non-francophones, composé de danseuses d'origine japonaise, russe et mexicaine, ainsi que d'un musicien suisse italien. Ce qui prévaut ici n'est donc pas le sens, mais la musicalité de la langue ainsi que l'émotion véhiculée. Ces partages de moments issus de l'histoire personnelle de chacun.e sont ensuite retraversés en duo : une personne raconte, l'autre se laisse être bougée par ce qu'elle entend. Paroles et mouvements s'entremêlent ensuite selon des combinaisons différentes proposées par la chorégraphe, en changeant les duos de façon à ce que tout le monde expérimente dans des configurations différentes. Une matière improvisée et sensible émerge avec l'idée « de créer "un espace intensifié" et de projeter quelque chose de l'ordre de l'intime vers l'extérieur ²⁵⁵ ».

²⁵⁵ HARBONNIER Nicole, « Plongée dans l'expérience sensible », *Spirale* (242), 2012, p.51, citant le philosophe José GIL et sa notion de « corps paradoxal ».

La chercheuse en danse Andrée Martin précise :

« Dans le déploiement de sa danse, l'interprète met aussi inévitablement à profit ce qu'il est et ressent en tant qu'individu (le soi comme l'ego), tout comme il tient compte de l'autre et de l'autre en soi ; jeux rhizomiques des contingences et de l'altérité. On sait aussi maintenant qu'il met en branle tout un mécanisme, étrange et fascinant, du ressouvenir, mémoires psychique et corporelle mêlées, où, pour reprendre les mots de Jacques Derrida à propos de la scène d'écriture, le danseur joue à "représenter au-dehors la mémoire comme archivation interne" (*L'écriture et la différence*, Éditions du Seuil, 1967). C'est là un phénomène qui travaille magnifiquement du dedans, dont on ne connaît pas précisément toutes les articulations, mais qui permet à l'interprète de générer par lui-même images et sensations et ce, uniquement par la convocation des expériences passées et du souvenir ²⁵⁶ ».

Beatriz soutient ce processus puis explique que « quand on danse ici, on est comme le/la gardien.ne de cette parole. Cette gestualité sera reconvoquée dans le travail ²⁵⁷ ». Suite à quoi elle demande à chacun.e de prendre 7 minutes pour trouver comment conserver en soi la trace de cette expérience.

Cette démarche s'appuie sur plusieurs éléments fondamentaux de l'approche somatique de Beatriz. Celle-ci part de la sensorialité et des étapes du développement humain pendant l'échauffement pour faciliter la disponibilité des artistes. Puis elle propose un travail fondé sur la mémoire, faisant appel au « ressouvenir », à l'improvisation et la spontanéité. Le choix du souvenir et le fait de le raconter deviennent un cadre intime et engageant pour chacun.e. Ce faisant, Beatriz part de la matière vivante, incarnée, de l'histoire singulière des artistes pour élaborer un matériau de travail.

Dans un second temps, elle propose une expérimentation à deux basée sur la sensorialité et la sensibilité liée à l'émotion transmise par les sons, dans un dialogue plus soutenu entre voix et mouvement ²⁵⁸. La danse devient une traduction intime et expressive transformant le matériau personnel de quelqu'un.e d'autre, procédé proche de l'intermodalité, stimulant la créativité à partir de matières personnelles, utilisé dans le Life Art Process (Anna Halprin) et en art thérapie. De là surgissent des gestes qui

²⁵⁶ MARTIN Andrée, « Itinéraire d'un corps dansant », *Spirale* (242), 2012, p.55.

²⁵⁷ Extrait du carnet de terrain.

²⁵⁸ Ce qui rappelle sa performance dansée sur l'œuvre sonore *Climat* au MEG en 2022.

pourront être réinvestis dans une partition chorégraphique. La danse émane à la fois d'une grande connexion à soi, sensorielle et sensible (et donc somatique), mais aussi de la mise en relation entre deux subjectivités portées par une histoire personnelle.

À la suite de la philosophe Barbara Formis, Beatriz sait d'expérience que « le geste passe inévitablement par différentes strates d'apprentissage, d'imagination, d'associations d'idées, de sensations physiques et de mémoire. En raison de leur complexité, ces multiples strates de sens ne peuvent aucunement se donner de manière directe ²⁵⁹ ».

Aussi, cette gestuelle, émergeant depuis la présence somatique, sera retravaillée l'après-midi d'une façon plus approfondie, mais aussi technique et formelle. Car « au-delà de la finesse de ce travail de composition, l'enjeu de taille est de moduler et de *rendre visibles* les états qui traversent le performeur ²⁶⁰ », processus facilité par la méthode somatique ajoutée à la matière propre amenée par chaque artiste. Néanmoins, la directrice artistique s'interroge sur son utilisation des somatiques dans la création :

« Je me questionne si cette manière est somatique, je pourrais dire que c'est somatique pour ma propre mémoire, mais peut-être n'est pas somatique dans la manière que je mets en cadre. C'est vraiment un cadre plus d'improvisation, plus de comment s'approcher de l'inconnu, que je peux témoigner en moi d'un état somatique mais qui peut-être pour les autres n'est pas comme ça. Donc là je me questionnerais si c'est vraiment somatique...²⁶¹ ».

Depuis ma place d'observatrice, je peux témoigner que son approche vise à stimuler la présence somatique des artistes pour s'appuyer dessus durant les temps d'improvisation, afin de faire émerger le matériel de création qui va servir à construire la dramaturgie du spectacle. J'observe que les improvisations ont une qualité particulière parce qu'elles sont supportées par une conscience du soma éveillée en amont. Quand celle-ci se perd, c'est très clair au niveau sensible : la présence scénique des artistes change, paraît beaucoup moins intense, moins vivante. Ils paraissent exécuter des gestes et non plus se déployer avec.

²⁵⁹ FORMIS Barbara, *Esthétique de la vie ordinaire*, PUF, 2010, p.143.

²⁶⁰ GUILMAINE Anne-Marie, « État de porosité », *Spirale* (242), 2012, p. 36-37.

²⁶¹ NAVARRO Beatriz, Entretien 3, p.14-15.

La recherche de Beatriz, fondée sur la méthode somatique, participe d'un mouvement plus global dans la création chorégraphique contemporaine, traduit par Laurence Louppe citée par Nicole Harbonnier :

« 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) ²⁶² ».

Le corps est le lieu premier d'expérience consciente pour le danseur, il est aussi lieu de paroles pour forger la réflexivité nécessaire à la création chorégraphique. Après ce temps de recherche, Beatriz propose de se retrouver pour échanger.

Elle demande comment ça va et fait part de son besoin de soutien. Naoko et Juri nomment la déstabilisation de ne pas savoir où ils vont et demandent « ce que l'on cherche ». Juri précise qu'il a confiance dans le processus initié par Beatriz. La chorégraphe revient sur sa traversée de la matinée. Elle partage qu'elle a été surprise par l'arrivée de l'émotion suite aux souvenirs relatés et qu'elle a alors choisi de ne pas y plonger mais de revenir au mouvement pour aller visiter l'émotion depuis là. « Pour que l'intensité arrive, il faut avoir la structure, la corporalité. Pour offrir un cadre à l'émotion ²⁶³ ». Selon elle, il est important de « développer la structure pour faire le nid de l'émotion » et non l'inverse.

La directrice artistique poursuit l'objectif de « construire un langage esthétique ». Pour cela, il est nécessaire selon elle d'accepter de « se laisser aller à des choses, des moments qui n'ont pas de sens », « accepter l'incompréhension », « accepter de ne pas savoir ». Cette démarche rejoint celle des méthodes somatiques, proposant le déconditionnement et la sortie des habitudes pour « dialoguer avec l'inconnu » et faire surgir des matières cachées, oubliées, enfouies ou insoupçonnées ²⁶⁴. La chorégraphe en parle aussi en entretiens, faisant le lien entre vie personnelle et création artistique :

²⁶² HARBONNIER Nicole, « Plongée dans l'expérience sensible », *Spirale* (242), 2012, p.51.

²⁶³ Toutes les citations des artistes proviennent ici du carnet de terrain.

²⁶⁴ Cf. CAZEMAJOU Anne, « Pratiques somatiques », www.pourunatlasdesfigures.net [en ligne]

« Ça devient frustrant, rester dans ses habitudes, encore une fois la dissonance entre les choses qu'on dit et celles qu'on fait crée la frustration, donc si on parle de processus créatif avec une base de créativité et que tu restes que dans tes habitudes, il y a une dissonance. Après, tout le monde n'est pas intéressé à ça.

Moi, je vois la création comme un jeu entre la mémoire, donc les choses que je sais, et l'inconnu. Pour moi, il faut se balader entre les deux parce que tu as quand même un savoir-faire, et ces savoir-faire vont apparaître, il faut qu'ils apparaissent. Mais est-ce qu'on peut donner un cadre pour que quand ils apparaissent, ils [r]amènent avec [eux] des nouvelles de l'inconnu, d'une dimension différente ?... Et là la somatique est totale dans le sens qu'on plonge dans la mémoire de la personne pour [faire] émerger l'improvisation du moment ²⁶⁵ ».

La chorégraphe rappelle aux artistes qu'elle « cherche la présence, pas l'émotion ». « De la présence peut surgir l'émotion » et de là, les symboles, précise-t-elle. « Les symboles habitent les émotions ». Ils participent à la construction du langage esthétique. Elle insiste en affirmant que « si on est présent, on se rend visible, on devient visible pour l'autre ». Avec la technique somatique favorisant le surgissement de matières personnelles, la chorégraphe cherche à nourrir la présence des artistes.

Guilmaine le note aussi : « les créateurs cherchent des moyens pour *densifier* la présence des performeurs et pour que leurs états ne se repèrent pas uniquement par la concentration du regard ou la subtilité des intentions, mais qu'ils soient pris en charge par tout le corps ²⁶⁶ ». Cette thématique de la présence est un enjeu fort des pratiques somatiques. Elles visent à affermir la présence à soi via l'écoute des sensations pour faciliter la qualité et la clarté d'expression comme de relation.

Suite à cet échange, le travail de recherche reprend en mouvement et musique. Beatriz adapte de nouvelles propositions, entre autres avec un élément de costume déjà connu et utilisé (une jupe en arceaux). Puis, la fin de la journée se clôt sur un cercle de parole où elle propose de déposer en les nommant ce qui a été confortable et inconfortable dans la traversée du jour. Plus tard en entretien, elle revient sur ce processus de travail et la validité qu'elle y perçoit :

²⁶⁵ NAVARRO Beatriz, Entretien 3, p.9-10.

²⁶⁶ GUILMAINE Anne-Marie, « État de porosité », *Spirale* (242), 2012, p.37.

« je sais distinguer quand quelque chose de nouveau apparaît dans cette structure et c'est ce à quoi je veux inviter les gens. Je veux inviter les interprètes à pouvoir être dans cet espace de l'inconnu avec toute la base de la mémoire, avec tout le savoir-faire. C'est ça un processus créatif en live pour moi donc c'est vrai aussi que c'est pas très confortable toujours, pas savoir, mais je me dis que c'est l'unique lieu vraiment. Si on touche cet espace, c'est qu'on est en train de créer ²⁶⁷ ».

De la sensorialité au spectaculaire, comment faire ?

Un autre matin, Beatriz s'appuie sur l'échauffement corps et voix proposé par Juri pour amener la conscience à trois niveaux (connexion à la terre, au cœur et au ciel). Puis elle apporte une longue corde auquel chacun.e s'arrime et demande aux trois artistes de se déplacer en gardant le focus sur ces trois niveaux afin d'explorer ce qui émerge dans la voix. Elle nomme les diaphragmes, leur mobilité et leur empilement vertical, comme soutiens à la production du son et aux connexions à l'intérieur du corps et avec l'extérieur.

À sa demande de se rapprocher, ils s'enroulent dans la corde pour former un trio en contact. De là, la chorégraphe propose de « laisser apparaître l'invisible, l'inconnu, laisser sortir des sons secrets, des sons incorrects » (en mettant les mains devant sa bouche si nécessaire), puis de convoquer « le son du secret, du non-dit, les sons qui n'ont pas de parole, les sons très bien gardés ». Sa proposition semble soutenir une vision de la création et de l'art qu'observe le philosophe Frédéric Pouillaude sur la scène contemporaine : « C'est seulement dans l'intimité du présent corporel que peut jaillir un mouvement réellement inouï, non-vu, non-codé, et pourtant nécessaire. (...) C'est depuis l'arpentage et l'exploration de la singularité qu'un mouvement réellement neuf peut se déployer comme nécessaire ²⁶⁸ ».

Elle invite ensuite les artistes à poser les mains sur leur gorge et à explorer ce contact comme soutien ou prison. « J'exprime les sons des limites ou des soutiens » ajoute-t-elle. Puis elle les amène à poser les mains sur le cœur, le plexus puis le ventre et laisser venir tous les sons associés. En fin d'improvisation, à partir des sons qu'ils produisent en

²⁶⁷ NAVARRO Beatriz, Entretien 3, p.10.

²⁶⁸ POUILLAUDE Frédéric, *Le désœuvrement chorégraphique. Étude sur la notion d'œuvre en danse*, Vrin, 2009, cité par Andrée MARTIN dans « Itinéraire d'un corps dansant », *Spirale* (242), 2012, p.56.

lien avec la terre, elle les invite à se séparer tout en restant en contact via la corde. Ils forment un triangle, se regardent en continuant à vocaliser puis vont vers un unisson avant d'accueillir le silence. Depuis ma place d'observatrice, je note que la vibration sonore produit *ou* traduit une émotion qui atteint son comble dans l'espace.

Ce travail qui glisse de la préparation somatique vers l'émergence de la matière est caractéristique de ce que j'observe des façons de faire de Beatriz. Sa technique permet de rester connecté.e au corps tout en avivant la sensibilité. Dans cette circulation entre sensorialité (ici avec les sons, la vibration, les déplacements, le contact des autres corps ainsi que le toucher) et sensibilité (convoquée par l'imaginaire lié aux connexions faites dans l'espace, aux zones du corps touchées ainsi qu'aux indications données), Beatriz ouvre un espace qui fait advenir des matières propres aux artistes et sur lesquelles ielles s'appuieront pour « élaborer des cellules et des structures » qui s'agenceront dans la construction dramaturgique du spectacle en cours.

Cette exploration improvisée guidée par Beatriz fait émerger une grande qualité d'écoute et de présence à soi et aux autres, un espace d'intimité partagée vibrant et vivant auquel je suis sensible depuis ma place d'observatrice. La « présence somatique » dont parle la chorégraphe est clairement perceptible dans la qualité des corps, d'attention et d'écoute. Elle semble fournir une fondation efficace aux explorations, apportant ancrage, densité et clarté dans les corps, les mouvements, les présences. Andrée Martin souligne d'ailleurs qu'à force de mener ce travail de recherche et de conscience, « la danse finit, pour le danseur, par être une manière d'être au monde et dans le monde. Par cette conscience qu'il a de son corps, cette capacité fascinante à le mobiliser de toutes les manières possibles, de faire constamment appel à lui jusqu'à se confondre et s'abandonner en lui ²⁶⁹ ».

La suite de la journée amène le trio de danseuses et le musicien à travailler dehors, le spectacle étant destiné à avoir lieu en extérieur. Ce temps de mise en place et de travail avec les cordes (dont le poids, la longueur, la texture et le maniement sont contraignants

²⁶⁹ MARTIN Andrée, « Itinéraire d'un corps dansant », *Spirale* (242), 2012, p.56.

voire difficiles) est beaucoup plus ardu qu'en plateau et demande une grande énergie aux artistes, qui en ressortent épuisés.e.s.

Lors du cercle de fin de journée, Juri partage son questionnement : comment conserver la subtilité de leurs explorations en studio dans un espace extérieur, plus grand, avec beaucoup de public, dans les conditions « arts de rue » ? « Comment créer des espaces qui demandent une qualité d'écoute fine, en extérieur ? ». Guilmaine assure quant à elle qu'« un état de corps fait *image*, une image aussi forte visuellement que sémiotiquement pour imprégner la sensibilité du spectateur et le nourrir dans sa fabrication d'un réseau de sens ²⁷⁰ ». Aussi, le travail somatique mené en amont peut-il fournir un soubassement porteur pour canaliser l'attention du public.

Juri se demande aussi comment s'outiller en tant que musicien pour rester en lien avec les danseuses et l'ensemble de ce qu'il se passe dans l'espace public, tout comme comment gagner en liberté d'improvisation à partir de sa structuration musicale : « Comment est-ce que j'arrive à garder la connexion en musique ou en mouvement avec ce qui se passe, en me détachant de la forme à créer, mais qui reste quelque chose de communicable ? ». La question est en elle-même un processus.

L'aspect du partage et de la communicabilité et donc le rapport au public, semble être un point très important pour Juri, qui l'amène à faire des choix esthétiques parfois différents de ceux de Beatriz. Tous deux semblent avoir une vision par moments divergente de ce qu'ils entendent par « partage » et « communicabilité ». Depuis ma position extérieure, j'imagine une tension entre un focus porté sur le résultat défendu par Juri et celui priorisant le processus tendant vers le résultat soutenu par Beatriz, assumant possiblement qu'un processus formalisé peut être partageable.

« Résultat », entendu par « spectacle final » semble aussi être perçu différemment par chacun.e d'eux. J'ai l'impression que Juri recherche une forme stable, structurée et plutôt fixe là où Beatriz semble plus encline à soutenir un processus spectaculaire de façon plus organique et évolutive, acceptant davantage d'y intégrer l'inconnu. Comme si le spectacle était à la fois un aboutissement et une continuité d'un processus plus

²⁷⁰ GUILMAINE Anne-Marie, « État de porosité », *Spirale* (242), 2012, p.37.

vaste, pouvant peut-être se rapprocher de l'état qui lui semble le plus important, celui d'être en recherche continuelle, dans la confiance que l'évolution est créatrice :

« ...un état de recherche qui justement n'est pas un état abouti mais un état processuel, donc c'est ça aussi que cultive le travail somatique. Même si tu fais des cours ou des pièces artistiques ou des soins, tu vas t'approcher de la même manière, parce que tu fais confiance au processus, ça prend beaucoup de temps, ça prend des années à se déconstruire mais...l'approche, la façon d'approcher, n'est pas la même ²⁷¹ ».

Beatriz confirme ici la façon dont la technique somatique irrigue sa façon de cheminer dans l'acte créatif. Le « processus » de création est valorisé en tant que tel, constituant l'enjeu crucial du travail artistique, qui permettrait d'évoluer vers une forme spectaculaire vivante, incarnée et choisie.

3.2. Une autre étape de création, à Genève : digestion, disparition et rejailissement des somatiques

Rendez-vous à la Marbrerie, l'avancée de la création

Je retrouve la Cie à Genève en mai 2024 au deuxième jour d'une autre session de recherche. Nous serons sur deux lieux : la Marbrerie et le Motel Campo, où se joue la sortie de résidence, dans le cadre du Festival Mos_Espa.

Ce matin-là, je finis par les rejoindre à la Marbrerie après bien des difficultés à se comprendre sur l'horaire, ce qui est une constante depuis le début de mon terrain avec l'équipe. Les horaires fixés sont souvent susceptibles de changer au dernier moment et les co-directeurices ont du mal à communiquer dans ces moments-là, pris par beaucoup de choses. De mon côté, je ne suis joignable que sur mon lieu de résidence, ayant prévenu que je n'ai pas de réseau en itinérance à l'étranger.

J'arrive donc à la Marbrerie : un bâtiment de locaux désaffectés sur 3 étages, contenant de grands plateaux vides avec sol en béton et fenêtres bandeaux, possiblement

²⁷¹ NAVARRO Beatriz, Entretien 3, p.9.

d'anciens open spaces. L'espace est vaste (environ 80m²), lumineux, bruyant (rue passante à côté), dans son jus. Les co-directrices m'accueillent chaleureusement et je me trouve une place d'observatrice au sol dans l'espace, sur le béton froid et sale.

Le mode de travail reste le même : échauffement personnel, collectif puis pris en charge par Beatriz qui affermit la présence somatique (les 2 premiers jours seulement). S'ensuit la plongée dans le travail, qui cette fois-ci s'oriente vers des formes de plus en plus structurées à partir des solos, duos, trios, du travail avec les cordes et des images (nommées : nombril, nid, robot, désir/rejet, toile d'araignée...) qui ont émergé lors des résidences précédentes.

Quand je m'installe, les danseuses sont en train de nourrir et développer leur gestuelle à partir de solos déjà constitués. Elles travaillent seules chacune de son côté, mettant en œuvre l'autonomie attendue dans cette création collective. Suit un temps de présentation et de retravail avec les indications de Beatriz. Naoko propose un solo de poupée mécanique tenue par les cordes et sûrement prévu pour être joué avec la jupe en arceaux, d'une grande qualité expressive. Beatriz « passe de dehors à dedans », exprimant que sa position de danseuse et co-directrice artistique n'est pas évidente. Les artistes sont à un moment du travail où ils mettent l'accent sur l'utilisation des cordes comme soutiens et limites, afin de déterminer comment les danseuses vont par moments s'entraider et à d'autres s'entraver.

Ils notent que le maniement des cordes peut faire surgir une certaine violence dans les images et se demandent qu'en faire. « Des images primaires apparaissent ». Naoko demande de clarifier les qualités de présence quand les danseuses sont en soutien les unes les autres avec les cordes. Beatriz précise et rassure : « Si on n'est pas clair, on ne cache pas les moments de fragilité, mais on va répéter et on va définir ²⁷² ».

Dans la poursuite des journées de travail en vue de la sortie de résidence, Beatriz dirige et détermine les placements, les ordres, les dispositions dans l'espace, les intentions, la musique. L'atmosphère est assez tendue dans l'équipe. Juri et Beatriz prennent beaucoup de temps à deux pour discuter de la direction artistique et j'imagine de

²⁷² Toutes les citations non-sourcées des artistes proviennent du carnet de terrain.

nombreuses négociations entre elleux pour parvenir à une voie commune, quand bien même Beatriz est à la tête du projet.

Les danseuses font avec cette ambiance. Naoko est présente, active, impliquée et aidante. L'autre danseuse est distante, refermée sur elle-même, peu impliquée dans la vie du groupe et le travail. La cohérence d'ensemble paraît délicate à tenir, pour des raisons qui semblent humaines, affectives et relationnelles, ce qui se ressent dans le processus de création. Je suis moi-même dans une traversée personnelle difficile, ayant un très proche en train de mourir et une relation très proche se délitant aussi, ce qui me plonge au cœur de la problématique de *Corde* et influence certainement mon regard.

Me reviennent ces mots d'Anne-Marie Guilmaine qui semblent lier la thématique du spectacle, l'atmosphère ambiante transparaisant alors dans l'équipe et mon propre état intérieur, le tout entrelacé pour le meilleur et le pire :

« Les créateurs contemporains plongent à pleines mains dans les interstices du rapport à l'autre, malaxant ce qui se trame entre les êtres et que la parole ne peut exprimer : les malaises et malentendus, mais aussi les désirs comprimés jusqu'à l'explosion soudaine et maladroite. Les performeurs d'aujourd'hui dansent les tropismes, variations des "bruits internes" dont parle Meg Stuart. Ils donnent vie aux points de suspension entre les êtres, qui les relient mais les éloignent. Ils en viennent, pour reprendre les mots de Didi-Huberman au sujet d'Israel Galván, à "danser avec [leur] solitude, [...] une solitude complexe toute peuplée d'images, de rêves, de fantômes, de mémoire" (*Le danseur des solitudes*, Éditions de Minuit, 2006) ²⁷³ ».

Au Motel Campo, sous tension en vue de la sortie de résidence

Après ces journées passées à la Marbrerie, l'équipe s'installe au Motel Campo pour finaliser l'étape de création in situ. Ce nouveau lieu m'apparaît étonnant : niché lui aussi dans d'anciens locaux de bureaux au bord d'une voie rapide, attenant à un garage automobile, il passe inaperçu pour qui ne sait pas qu'il existe.

C'est une boîte de nuit située au premier étage du bâtiment, constituée d'une pièce couverte de tapis, aux murs noirs, auxquels s'adosent des ilots de bancs recouverts de coussins, un bar et un espace DJ. En son centre : la piste de danse, qui fera office de

²⁷³ GUILMAINE Anne-Marie, « État de porosité », *Spirale* (242), 2012, p.37.

scène pour le spectacle. Dans le prolongement de cette salle se trouvent des toilettes et des pièces servant pour le stockage de matériel et l'administration. De nombreuses affiches rappellent les règles de base du consentement ainsi que la marche à suivre en cas de prise d'alcool et/ou de drogues. L'endroit est chaleureux, vivant et foutraque, accueillant pour trois jours l'édition d'un festival d'un genre particulier :

« Pour sa 18^e édition, le festival Mos_Espa réitère son pari d'un festival sans électricité en vue de questionner notre manière de vivre et notre potentielle dépendance aux nouvelles technologies. Une diète de trois jours sous forme de black-out pour ralentir, écouter, voir, sentir, échanger et s'amuser. Mos_Espa prend le pouls des marges en invitant des spécialistes, des explorateur-ice-s, des précurseur-e-s au moment où leurs pratiques, qualifiées d'expérimentales, commencent à résonner avec l'intérêt d'un public plus large.

On débranche, on enlève ses chaussures, on abandonne son téléphone pour jouir pleinement de propositions fertiles, de pulsations organiques et de fêtes acoustiques, de poésie, de corps mouvants et de matériaux low-tech.

Retrouver des plaisirs simples et authentiques, que l'on oublie peut-être d'invoquer. Se rapprocher, tendre l'oreille, fabriquer, danser, s'allonger et siroter. Prendre sa serviette de bain et s'offrir un sauna dans le jardin, un casse-croute autour du feu. Être vivant parmi les vivants
²⁷⁴ ».

La ligne éditoriale du festival rejoint l'état d'esprit de la Cie, qui propose depuis ses débuts des formes spectaculaires sensibles et participatives pour favoriser la rencontre et prendre le temps de l'échange. Dès son arrivée, l'équipe artistique prend ses marques et se relance dans le travail, enchaînant les filages pendant deux jours, avant la présentation finale.

Durant ces moments de répétition, Juri paraît stressé, ne parvient plus à poser sa voix, s'inquiète des problèmes techniques rencontrés sur le lieu, qui étouffe le son de la musique live (les murs sont insonorisés). Il jouera de différents instruments en plus de sa voix ; dont des cupaphon (extension contemporaine des tambours à friction d'origine italienne appelés cupa cupa), de la jarana (petite guitare mexicaine) et des flûtes. La musique qu'il développe est très inspirée de son parcours de grand voyageur. Il a beaucoup appris et rapporté d'univers sonores qu'il mêle dans une création très

²⁷⁴ Cf. Présentation du festival (édition 2025) apparaissant sur le site en ligne : <https://mosespa.ch/>

personnelle, incarnée et puissante. Sa musique soutient, accompagne et prolonge le mouvement des danseuses, lui conférant une vibrance profonde, singulière, aux résonances mystiques.

Fébrile, le musicien remet parfois en cause les choix artistiques de Beatriz pendant les phases-mêmes de travail. Celle-ci temporise, fait preuve de souplesse et d'écoute, concilie en gardant son cap. Avec Naoko, elles cherchent des solutions. L'autre danseuse se sent aussi en difficulté, a besoin de points d'appuis pour les moments d'improvisation. Beatriz lui propose de rester avec qui elle est, d'accepter la vulnérabilité, de penser au jeu de tension et de relâchement de la corde (comme exemple d'extension et de condensation autant physique que psychologique et donc d'auto-support, de ce que j'imagine).

S'acheminant vers la présentation, les co-directeurices envisagent différents scénarios pour inclure le public à la fin du spectacle. Deux possibilités s'affirment, portées par Juri d'un côté et Beatriz de l'autre, qui resteront en discussion jusqu'à la représentation. Pour ma part, je vois Beatriz au centre de l'action, négociant avec des pressions de toutes parts liées à ses différents rôles, et faisant avec ce qui se présente dans l'objectif de maintenir sens et cohérence dans un moment d'intensité et de divergences fortes.

Revenant sur la place des somatiques dans l'expérience de Genève puis durant les résidences suivantes, la chorégraphe partage :

« On est très proches de deux sorties de résidence et pour ça je fais plus confiance à ma base somatique entraînée qu'à ma base somatique de l'inconnu (...). Pour les somatiques, j'ai des habitudes aussi et donc je fais plutôt confiance à ça dans les moments de production, dans des rythmes qui ne sont pas accordés avec un processus somatique. C'est là aussi maintenant que je parle avec toi, c'est là que j'ai aussi l'envie d'un processus somatique qui laisse émerger des choses et un lieu où il faut arriver quand même, à donner des discours esthétiques qui passent par la danse et la musique. Voilà, ce pont, en tous cas, c'est pas toujours facile de [le] faire et c'est pas parce que tu l'as fait une fois que tu pourrais le faire plusieurs fois.

Par exemple, je pense que dans la résidence [à Genève], il y a eu des moments très puissants totalement assis dans la pratique somatique mais que je ne pourrai jamais reproduire. Ils restent seulement en mémoire, en traces pour moi. De cette trace je garde le tonus, le rythme, le geste, l'amplitude du mouvement. En tant que danseuse, c'est ça que je garde et c'est de là que je vais

composer à certains moments et c'est de là que je pars pour faire un processus de sortie de résidence.

Donc ça, ça devient la structure, et de la structure on appelle à l'inconnu. (...) En parlant avec toi je me rends compte que c'est aussi cyclique, c'est pas nécessaire et possible toujours de garder un processus somatique pur. Tu peux te donner cet espace comme base mais après il y a une dynamique, une vitesse, une densité auxquelles il faut faire confiance aussi. Que c'est comme si cette base se développe et prend des formes différentes et pour moi il faut faire l'examen si elle est encore connectée, tu vois, plutôt que vouloir amener toujours cette phase de base toujours présente à la même intensité ²⁷⁵ ».

Il devient alors clair pour Beatriz que la pratique somatique sous-tend le processus de création dans la mesure où elle pose une base favorisant la récolte de matières en vue du spectacle. Ces matières forment le terreau originel et original de la création, car elles dépendent des intentions artistiques et de la singularité des artistes associé.e.s au projet.

La technique somatique nourrit cette première phase de recherche en tant que dispositif d'apports de matériaux créatifs, qui sera ensuite à travailler, développer, agencer par le biais d'improvisations puis de compositions pour structurer la dramaturgie. Plus tard, l'expérience somatique devient aussi un espace d'appui favorisant la créativité, l'adaptabilité et le renouvellement, disponible en arrière-plan, dans les moments d'improvisation et d'interaction avec le public.

Enfin, elle semble fournir un support important pour asseoir et structurer la mise en corps des artistes au quotidien ainsi que leur récupération globale, "tenir" sur la durée pendant le travail de création, faciliter les échanges et le dialogue, apporter du soutien, porter des choix et des décisions ; prendre soin des corps de façon explicite comme de l'espace relationnel, artistique et affectif, de manière implicite, au sein de l'équipe.

Des choix artistiques au service d'une politique de la rencontre avec le public

Selon l'anthropologue Nancy Midol et la chercheuse en danse Dominique Praud, la danse peut se définir comme :

²⁷⁵ NAVARRO Beatriz, Entretien 3, p.14.

« un extraordinaire miroir des civilisations, qu'elle se déploie dans l'espace spirituel pour certaines communautés ou bien dans l'espace artistique et social pour d'autres, elle participe toujours à des régulations sociales comme à des enjeux politiques. Le recul anthropologique permet de penser que toutes les danses, quelles qu'elles soient, partagent le même statut ontologique, celui d'exprimer sa propre manière d'être au monde et d'inscrire les mythes fondateurs au plus profond des corps dansants ²⁷⁶ ».

C'est en ce sens que la Cie Onyrikon réfléchit depuis sa création aux relations qu'elle souhaite entretenir avec les publics. Le choix de Juri de travailler en arts de la rue pose une perspective : celle de casser le rapport scène-salle, possibiliser des formes de communion en tissant avec le monde extérieur et plus particulièrement l'espace public, se reliant à son aspect démocratique, sa vie, ses aléas, son imprévisibilité, ses potentiels de rencontre et de dialogue entre les artistes et les personnes présentes. Il s'agit d'un positionnement politique visant à faire communauté en favorisant l'accessibilité et la gratuité, la possibilité de toucher et d'interagir avec le quidam, dont avec des personnes très éloignées de la culture et de l'art pour, aussi, créer du lien social.

Onyrikon propose des spectacles qui sont pensés comme des espaces de partage, de rencontres et d'échange à partir d'une proposition artistique. Le terme de « rituel », de « communauté » comme l'idée de « matérialiser une communauté éphémère ²⁷⁷ » sont très présents dans le discours de présentation de la Cie, affirmant son engagement social. Dans cette idée, la Cie pense, à la suite de Midol et Praud, que : « la danse engage le spectateur à participer à la chorégraphie, à résonner sur les tonalités sensuelles, sensorielles, imaginaires (...) éclairant l'interface sensible, sensitive et émotive entre spectateurs et danseurs ²⁷⁸ ».

Onyrikon choisit donc de travailler avec différents publics tout au long des créations, organisant des laboratoires et créant des « expériences artistiques participatives ²⁷⁹ » (comme au Mexique et en Tunisie pour *Corde*). Elle mène aussi des actions de formation

²⁷⁶ MIDOL Nancy, PRAUD Dominique, « Introduction : Danser pour interpréter le monde en soi », *Corps (7/2)*, 2009, p.11.

²⁷⁷ Cf. Le site web de la Cie : <https://onyrikon.gitlab.io/>

²⁷⁸ MIDOL N., PRAUD D., *ibid.*, p.13.

²⁷⁹ Cf. Le site web de la Cie.

auprès d'artistes amateurs ou professionnels, de groupes sociaux ciblés (enseignants, travailleurs sociaux, étudiant.e.s en arts...) et peut les impliquer dans les créations.

« Ces rencontres intermédiaires avec les spectateurs sont d'une grande importance pour l'élaboration des protocoles de participation, et nous permettront d'orienter la création. En outre, une valeur de médiation culturelle est ajoutée, puisque le public a l'occasion d'observer par une fenêtre l'intérieur de la recherche artistique d'une compagnie ²⁸⁰ ».

Ainsi, le spectacle *CAVA* créé en Suisse Italienne en 2018 a compté 80 interprètes, dont 60 personnes extérieures à la compagnie participant au spectacle (comprenant une chorale suisse, une fanfare et des comédiens locaux).

D'autre part, la Cie tient à faire vivre une expérience « immersive » en utilisant pour le prochain spectacle « 500 mètres de corde comme objet symbolique pour représenter ces liens et créer une communauté éphémère avec notre public, un rituel artistique, une chorégraphie sociale » ²⁸¹. La corde devient un symbole concret de cette relation et de la volonté des artistes d'ouvrir un dialogue, tout d'abord en proposant au public de changer de perspective en pouvant choisir sa place dans l'espace. Puis de pouvoir se saisir de l'objet, et de devenir actrice de ce devenir commun avec et autour de la corde comme lien :

« Une corde, à la fois métaphore et objet matériel concret : créatrice de liens. Une corde pour rendre tangible l'invisible qui nous lie. Un cercle de cordes pour matérialiser une communauté éphémère. Un rayon, un réseau, un nœud, une tresse, un enchevêtrement, pour susciter l'interaction et le questionnement, pour inviter à la participation. (...) *CORDE* propose une forme artistique rituelle, comme un espace-temps d'intimité partagée, qui semble d'abord ne se produire que dans l'intériorité subjective et individuelle de chaque spectateur, pour ensuite se retourner et convoquer la communion, l'engagement, la collectivité ».

Nourrir la relation avec le public depuis l'expérience somatique

La sortie de résidence de Genève témoigne de la maturation du projet depuis la précédente présentation en février à Marseille. De 20 minutes, le spectacle passe à 30

²⁸⁰ Cf. Dossier de présentation de *Corde* (présent en Annexes). Toutes les citations suivantes en sont extraites, sauf mention contraire.

²⁸¹ Une intention qui fait écho à l'odyssée sociale d'une « corde sensible », *ROPE*, créée par l'artiste Ief SPINCEMAILLE : <https://en-classe.festivaldemarseille.com/index.php/rope/>

et dévoile un ensemble de nouveaux tableaux, de matières déjà présentées et retravaillées comme de matières non conservées. La structuration de la pièce est davantage visible, tant au niveau chorégraphique que musical. De plus, les danseuses sont à présent 3. Dans les deux cas, le public est invité à participer à la fin.

À Marseille, la fin du spectacle avait pris la forme d'un jeu entre les deux danseuses et le public (d'environ 40 personnes). Naoko et Beatriz avaient commencé par donner des brins de cordes à différentes personnes du public, puis à jouer à les tirer jusqu'à créer une tension maximale entre elles et les spectateurices...pour lâcher à l'arrivée du noir complet dans la salle. Ensuite, elles avaient repris la corde, l'avaient enroulée sur elle-même pour en faire un gros nœud et s'étaient amusées à se l'envoyer avec des affects différenciés (jeu, désir, rejet, convoitise, cadeau...) puis avaient inclus le public dans ce lancer du nœud de cordes, tel un ballon.

Celui-ci avait répondu présent, se l'était envoyé à qui mieux-mieux dans un état d'esprit ludique. Il participait activement, tant et si bien qu'elles avaient dû s'inclure parmi les spectateurices pour rattraper le nœud afin de clore le spectacle. Beatriz revient sur l'importance du dialogue somatique entre les corps comme appui de la rencontre et insiste sur le fait que :

« dans la partie où le public participe, on fait appel à leur présence somatique, sans devoir l'expliquer et sans devoir le faire passer par un processus somatique comme nous on le connaît. Je reprends la notion que la somatique en soi est démocratique, elle appartient à personne, tout le monde peut la réveiller, par contagion, par imitation²⁸² ».

Prenant exemple d'un des laboratoires à Mexico, la directrice artistique ajoute d'ailleurs que c'est une attention et une intention premières chez l'humain, révélées par l'expérience somatique :

« la somatique passe par la reconnaissance de l'autre, donc c'était fort ça, pour moi c'était clair justement si on voulait se mettre en contact avec le public. Quel type de gestualité on va porter dans nos corps pour que tu puisses comprendre, public, qu'on est en train de t'inviter à te déplacer de ta conception comme public ?²⁸³ ».

²⁸² NAVARRO Beatriz, Entretien 3, p.15.

²⁸³ NAVARRO B., *ibid.*, p.13.

Elle précise à quel point elle a pris conscience durant ce laboratoire de la facilité humaine à reproduire, comme gage de communication et peut-être même de création d'un langage commun, lors d'une interaction avec le public. Il s'agit d'un moment, au beau milieu d'une place centrale de Mexico, où le public tient des brins de cordes qui forment des rayons amenant à un cercle central de cordes ²⁸⁴. Beatriz propose alors aux interprètes de traverser les rayons pendant que le public les agite :

« Je me rappelle pas si c'était une chose que j'avais pensée ou que j'ai dirigée en live, mais comme j'ai dirigé, je m'y suis mise et après j'ai dit "vas-y". Donc ils [les interprètes] ont commencé à faire ça et deux minutes après le public a commencé à rentrer, à faire la même chose. Donc là j'ai découvert la puissance, que je le savais, mais la puissance de l'imitation. On est des êtres qui imitent, voilà, parce que c'est un outil existentiel. Et là on a vu apparaître, émerger justement, l'inconnu dans le sens qu'on a vu que le public pouvait avoir un autre lieu, pas seulement retiré [en retrait], mais qu'une fois que la structure est en mouvement, il peut intervenir ²⁸⁵ ».

À Genève, le lieu est clos, intime, feutré, il appelle le calme, la douceur et la tranquillité, d'autant plus que l'espace est éclairé à la bougie (le festival se revendiquant sans électricité). Le public (d'une cinquantaine de personnes, sans chaussures ni téléphones) est assis tout autour de la piste de danse, au sol sur les tapis et sur les bancs. En fin de spectacle, les danseuses réunissent les cordes pour en faire un grand nœud dont elles extraient des brins pour les donner à des personnes du public. Elles impliquent ainsi environ une quinzaine de spectateurices dans des jeux de tension, détente, dialogue, avec les cordes.

En tirant dessus toutes ensemble se visibilise comme une toile d'araignée avec laquelle danseuses et public commencent à jouer en se levant. Les cordes sont agitées, donnant des tensions et formes différentes au réseau matérialisé par les brins et le public prend peu à peu conscience du fait d'être relié d'un bout à l'autre de l'espace. Les jeux avec les cordes s'amplifient, des personnes entrent dans la toile et le tonus collectif augmente peu à peu jusqu'à ce que tout le monde soit debout, crie et sautille, dans un état de joie collective, portée par la musique. Les artistes sont étonné.e.s et ravi.e.s d'une telle intensité.

²⁸⁴ Voir la photo de couverture du dossier de présentation de *Corde* (présent en Annexes).

²⁸⁵ NAVARRO B., *ibid.*, p.12.

Celle-ci retombe tranquillement, les gens applaudissent et remercient les artistes pour le bon moment passé. L'évolution des affects du public est significative durant le spectacle : une atmosphère silencieuse et recueillie au début, attentive et parfois interrogative pendant puis de plus en plus engagée et joyeuse à la fin. Beatriz m'avait déjà fait part de son émotion dans ce type de situation :

« j'aime construire des cadres où cette vitalité somatique peut émerger pour les autres. Je suis très émue toujours quand je les vois émerger et voir comment les corps deviennent présents, deviennent intelligents, communicants et comment aussi cette présence somatique est contagieuse : si quelqu'un l'incarne, ça invite les autres et ça c'est une chose qu'on ne contrôle pas ²⁸⁶ ».

Il semble se jouer ici une circulation qui traduit à la fois « l'empathie kinesthésique » et un « questionnement philosophique » traversés par le public, comme le souligne Anne-Marie Guilmaine :

« Quelque chose de plus sensible, fragile et poreux est interpellé en lui. Et dans le vœu des créateurs, trois questions font surface en présence de ces êtres exposés : qu'est-ce qu'ils font ? Qu'est-ce qu'ils me font ? Qu'est-ce qu'ils me disent sur ma propre *manière d'être* au monde ? C'est dans l'énoncé de cette dernière question que s'imprime la vie en actes donnée à sentir par une dramaturgie du corps ²⁸⁷ ».

Lors de la sortie de résidence au Motel Campo, Beatriz revient d'ailleurs sur l'importance de la mémoire relationnelle et affective, qui permet de tisser le lien et d'interagir rapidement, simplement et facilement, par contagion, imitation et imprégnation :

« dans l'exemple précis de Genève, l'impulsion de vouloir participer, les gens la connaissent, c'est pas nouveau, c'est pas inconnu. Mais je sais pas depuis combien de temps ça dormait en eux, tu vois ? Donc on est dans un cycle de co-création en fait, la première à s'inviter à cette co-création, c'est soi-même. Donc oui... dans cette communion que j'ai sentie au lieu à Genève, les gens se sont reconnus dans une communion qu'ils avaient déjà traversée à d'autres moments de leur vie, je pense ²⁸⁸ ».

En cela, la chorégraphe révèle la puissance de la danse partagée, d'une transmission directe qui opère du corps des danseuses à celui des spectateurices, à l'image des états

²⁸⁶ NAVARRO B., *ibid.*, p.2-3.

²⁸⁷ GUILMAINE Anne-Marie, « État de porosité », *Spirale*, (242), 2012, p.37.

²⁸⁸ NAVARRO B., *ibid.*, p.11.

de corps définis par Philippe Guisgand. Le chercheur en danse mentionne deux statuts différenciés qui posent « deux réalités bien différentes, l'une poétique, celle du corps dansant (en train de danser) et l'autre esthétique, celle d'un corps contemplé ²⁸⁹ ». Afin de montrer l'action de l'une sur l'autre, il rappelle la force de la circulation entre sensations et perceptions, basée sur la mémoire corporelle : « l'état de corps dansant relève d'une corporéité d'action, teintée avant tout par la sensation et l'intention. L'état de corps contemplé relève d'une corporéité perceptive, fût-elle nourrie des souvenirs d'action du spectateur ²⁹⁰ ». Par cette porosité, la pratique somatique constitue pour Beatriz « une ressource intime et pourtant politique²⁹¹ » qui peut trouver dans l'art une portée d'action collective importante :

« c'est de là que j'ai la confiance d'essayer de l'amener dans un langage esthétique et ça peut toucher la communication par le langage artistique, même pas toucher mais habiter (...) des allers-retours entre nos différents êtres, mental, physique, psychique, émotionnel. Je crois que l'art dans ses formes les plus puissantes, c'est ça, pouvoir se reconnaître en tant qu'être vivant créateur, créatrice de mondes, d'imaginaires partagés avec les autres ²⁹² ».

C'est aussi l'une des conclusions de Nicole Harbonnier qui voit la danse comme une technique du corps somatique, une dynamique nourrissant l'évolutivité de l'être, facilitant sa capacité à se saisir de lui-même et agir : « En danse, cette notion [d'état de corps] 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 ²⁹³ ».

À l'heure où je clos ce travail, le spectacle *Corde* vient de faire sa première et entame une tournée estivale en Suisse au fil de 13 dates, jusqu'à la fin août 2025. La danseuse recrutée en février 2024 a finalement été remplacée par une autre à l'automne, avec qui la création s'est finalisée. Les retours de l'équipe suite aux premières dates sont positifs et la tournée semble bien engagée.

²⁸⁹ GUISGAND Philippe, « Étudier les états de corps » *Spirale* (242), 2012, p.33.

²⁹⁰ GUISGAND P., *ibid.*, p.34.

²⁹¹ NAVARRO Beatriz, *ibid.*, p.2.

²⁹² NAVARRO Beatriz, *ibid.*

²⁹³ HARBONNIER Nicole, « Plongée dans l'expérience sensible », *Spirale* (242), 2012, p.52.

CONCLUSION

*« Il faut amener la lutte sur le terrain du sentir,
et construire un sentir capable d'affronter les luttes ²⁹⁴ »*

Isabelle Ginot

En guise de clôture, un mot d'abord sur le processus engagé durant ces deux années d'étude. Effectuer un terrain, et particulièrement celui-ci, m'a profondément transformée dans mon rapport aux pratiques somatiques comme au pouvoir heuristique de la recherche, tant théorique que guidée par la pratique. Cette enquête m'a permis de mieux saisir des enjeux de ces méthodes, jusqu'alors pressentis mais non encore défrichés. L'ancrage dans le réel et son expérience sur une durée assez longue m'a offert de les mettre au travail et d'en produire une connaissance neuve et singulière, en dialogue avec la protagoniste de ma recherche. L'approche anthropologique m'a obligée à une prise de distance critique, tout en confirmant mon intuition de l'aspect de transformation que ces pratiques peuvent amener dans le champ social.

Nécessité faisant loi, le cadre du mémoire de Master 2 m'a contrainte à laisser de côté le matériel engrangé au Mexique, qui aurait demandé un chapitre en soi. Cette expérience in situ a néanmoins renforcé ma positionnalité en tant que chercheuse engagée dans un processus de mise à jour du politique dans et à partir de ces pratiques. Il s'agira d'en faire quelque chose.

Si les techniques somatiques permettent bien « un développement du pouvoir d'agir fondé sur l'élargissement de la palette motrice et perceptive ²⁹⁵ », l'itinéraire de Beatriz Navarro en est un exemple édifiant. Celles-ci invitent à relier toutes les dimensions de l'être, apprendre à se (re)connaître, se préserver, s'affirmer, s'autonomiser, nourrir accueil et clarté, soutenir les liens, faire des choix, s'émanciper. Elles servent de

²⁹⁴ GINOT Isabelle, « Apprendre à transgresser. Pour des pratiques somatiques critiques et socialement engagées », *Communications* (115/2), 2024, p.245.

²⁹⁵ GINOT I., *ibid.*, p.239.

« support à l'invention du mouvement ²⁹⁶ » comme à l'invention de sa vie. La manière dont Beatriz s'est accrochée puis accordée à son corps par la danse puis dans l'apprentissage des techniques du soma signe la puissance de connaissance, de reconfiguration, d'action et de vitalité propres à ces méthodes, que mesure l'ensemble des pratiquant.e.s et théoricien.ne.s.

Son parcours « en circulation », tissé de migrations et d'exil est aussi rendu possible depuis l'appui intérieur fourni par ces approches. Beatriz a bricolé ²⁹⁷ sa place en s'adossant à la connaissance d'elle-même, des autres et du monde construite par le biais du soma, lui donnant l'élan de se (re)construire, se prendre en charge et s'orienter dans sa vie personnelle comme professionnelle. En cela, sa trajectoire témoigne aussi de celle de nombreux artistes du Sud ²⁹⁸ qui se sont approprié des logiques intimes, sociales, économiques et culturelles du Nord pour y développer leur art, ne pouvant, parvenant ou souhaitant pas les ancrer dans leurs pays d'origine ²⁹⁹.

Le cheminement de Beatriz Navarro est par ailleurs caractéristique de la façon dont histoires personnelle, culturelle et politique sont intriquées dans le corps. Cet aspect dessine une perspective à mettre à jour, celle de l'appui et de l'impact des méthodes somatiques dans le champ social et politique. Le groupe de recherche Soma & po ³⁰⁰ ainsi que l'association A.I.M.E. ³⁰¹ rassemblent des artistes, chercheuses en danse, en techniques somatiques, philosophie, écologie et études critiques, qui renouvellent la vision des somatiques, en leur apportant un soubassement théorique philosophique exogène ainsi qu'un ancrage fort dans le champ social.

elles mettent en lumière le pouvoir politique du sentir, creuset de « l'enchevêtrement de l'intime et du social, des histoires individuelles et du collectif, [de] l'enracinement du

²⁹⁶ GINOT I., *ibid.*, p.234.

²⁹⁷ Au sens du concept de bricolage élaboré par Claude LEVI-STRAUSS dans *La Pensée sauvage*, Plon, 1962.

²⁹⁸ Cf. Sarah ANDRIEU, Christian RINAUDO, « Migrations artistiques. Un état des lieux », *Hommes & migrations* [En ligne], 1342, 2023.

²⁹⁹ Cf. Sarah ANDRIEU, « Les défis de la « double présence » », *Hommes & migrations*, 1342, 2023.

³⁰⁰ Cf. Marie BARDET, Carla BOTTIGLIERI, Joanne CLAVEL, Isabelle GINOT, Violeta SALVATIERRA, « Somatiques, esthétiques, politiques », *Penser les somatiques avec Feldenkrais*, L'Entretemps, 2014.

³⁰¹ Voir le site en ligne : <http://www.individus-en-mouvements.com/fr/l-association/a-i-m-e/>

social et du politique dans l'intime et le sensible³⁰² ». Proposition est faite de « déclôturer les somatiques » pour « communiser le sentir ».

Aussi, parmi les questions vivantes que ce travail a initié s'articulent celles de la condition des femmes et des minorités (de genre, classe et/ou race), de leurs savoirs et pratiques depuis le corps, des logiques décoloniales et intersectionnelles à l'œuvre dans les parcours d'artistes, de l'interconnexion au vivant sous toutes ses formes induites par les somatiques ainsi que de la façon dont elles ouvrent des perspectives écosomatiques³⁰³ comme écoféministes. Il semble à présent nécessaire d'accomplir la partie du trajet que les discours de ces techniques ne prennent pas en charge autour de ces problématiques.

Et ceci d'autant plus qu'en parallèle se déploie tout un pan de la recherche contemporaine autour du vivant³⁰⁴ tissant des ponts entre les disciplines, les visées et les pratiques. Dans cette continuité, la notion de « soi étendu » prend une consistance particulière et devient un concept écopolitique essentiel. Il pose l'humain.e interrelié.e au reste du vivant, poreux.se et intrinsèquement « en circulation » dans des dynamiques globales, à l'échelle de la planète.

Ces questionnements politisent la place des somatiques dans le monde actuel. Celles-ci semblent en effet au cœur de la reprise de pouvoir à l'échelle individuelle pour l'essaimer dans le collectif, de l'*embodiment* à l'*empowerment*³⁰⁵. Un tel processus permet de visibiliser le trajet du sentir individuel au « care » collectif puis à l'organisation des luttes afin d'agrandir les espaces d'accueil, de soin et d'émulation du vivant dans sa diversité humaine comme non humaine, en s'appuyant sur des lieux et des ressources écologiques, écoféministes, écosomatiques, décoloniaux et intersectionnels.

³⁰² GINOT I., *ibid.*, p.239.

³⁰³ Cf. BARDET Marie, CLAVEL Joanne, GINOT Isabelle, *Ecosomatiques - Penser l'écologie depuis le geste*, Paris, Deuxième Époque, 2019.

³⁰⁴ Voir à ce sujet les concepts d'écosophie et d'écoféminisme ainsi que les travaux de penseurs et scientifiques dits « du vivant » dont Baptiste MORIZOT, Vinciane DESPRET, Isabelle STENGERS, Bruno LATOUR, Tim INGOLD, Nastassja MARTIN ou Philippe DESCOLA (Cf. Bibliographie).

³⁰⁵ Marie BARDET, Carla BOTTIGLIERI, Joanne CLAVEL, Isabelle GINOT, Violeta SALVATIERRA se réfèrent à la définition donnée par Isabelle STENGERS.

À nous, artistes, somaticiennes, chercheuses engagées dans la société, de nous en saisir pour porter un changement écosocial de plus en plus incarné, sensible, tissé et inclusif. Il est temps de continuer à inventer et développer la mise en œuvre concrète d'actions multiples³⁰⁶ offrant de penser et diffuser dans l'espace social et politique la puissance initiatique et libératrice des somatiques.



Photo de répétition du spectacle Corde (Naoko I., Juri Cainero), 2025 © Cie Onyrikon

³⁰⁶ Par le biais d'actions y étant directement reliées comme le projet restitué par C. BOTTIGLIERI, I. GINOT et V. SALVATIERRA dans l'article « Du bien être comme devenir subjectif : techniques du corps et techniques de soi » (op.cit.), mais aussi par d'autres formes mettant en jeu corps et soma comme les propositions artistiques autour de l'expérience haptique et de la confiance de Myriam LEFKOWITZ (cf. Sitographie), ou les démarches en éducation populaire, par exemple le travail de *la Turbine à graines*, qui anime une caravane massage à destination des femmes dans les quartiers populaires de Grenoble.

BIBLIOGRAPHIE

ABÉLÈS Marc,

2002 « Le terrain et le sous-terrain », C. Ghasarian (dir.), *De l'ethnographie à l'anthropologie réflexive. Nouveaux terrains, nouvelles pratiques, nouveaux enjeux*, Paris, Armand Colin, p.35-42

ANDRIEU Sarah,

2023 « Les défis de la « double présence » », *Hommes & migrations* [En ligne], 1342

2012 « Captures de flux esthétiques et imagination d'une danse intime. Itinéraire d'un jeune chorégraphe burkinabé », E.Olivier (éd.), *Musiques au monde. La tradition au prisme de la création*, Delatour, p.29-46

ANDRIEU Sarah, RINAUDO Christian,

2023 « Migrations artistiques. Un état des lieux », *Hommes & migrations* [En ligne], 1342

ANZIEU Daniel,

1985 *Le Moi-Peau*, Paris, Dunod

BAINBRIDGE COHEN Bonnie,

2010 « The process of embodiment », *De l'une à l'autre, composer, apprendre et partager en mouvement*, Bruxelles, Contredanse, p.64-67

2002 *Sentir, ressentir et agir*, Bruxelles, Contredanse

BARDET Marie, CLAVEL Joanne, GINOT Isabelle (dir),

2019 *Écosomatiques. Penser l'écologie depuis le geste*, éd. Deuxième Époque

BOTTIGLIERI Carla,

2020 « Un zeste de...#1, Histoire des somatiques », conférence vidéo, Contredanse

2012 « Soigner l'imaginaire du geste : pratiques somatiques du toucher et du mouvement », *Chimères* (78/3), p.113-128

BOTTIGLIERI Carla, GINOT Isabelle, SALVATIERRA Violeta,

2013 « Du bien être comme devenir subjectif : techniques du corps et techniques de soi », *Le Bien-être*, sous la dir. d'Agnès FLORIN et Marie PREAU, L'Harmattan, Paris, coll. « Logiques sociales », p.243-254

BOTTINEAU Audrey,

2008 « L'empathie pour comprendre le métier de chorégraphe », *Journal des anthropologues* [En ligne], 114-115

BOUKOBZA Julie,

2008 « Pratique partagée et émotions en partage », *Journal des anthropologues* [En ligne], 114-115

BURGART GOUTAL Jeanne

2020 *Être écoféministe. Théorie et pratiques*, éditions l'Échappée

CANDAU Joël,

2010 « Intersensorialité humaine et cognition sociale », *Communications* (86), p.25-36

CANDAU Joël, GAUCHER Charles & HALLOY Arnaud,

2012 « Présentation : gestes et cultures, un état des lieux », *Anthropologie et Sociétés* (36/3), p.9–26

CAZEMAJOU Anne,

2010 *Le travail de yoga en cours de danse contemporaine. Analyse anthropologique de l'expérience corporelle*, Thèse en Anthropologie de la Danse, Université Blaise Pascal - Clermont-Ferrand II

2005 « Corps et corporéité », Paris, Centre National de la Danse [En ligne]

- 2005 « Pratiques somatiques », Paris, Centre National de la Danse [En ligne]
- CSORDAS Thomas,
1993 « Somatic Modes of attention », *Cultural Anthropology*, vol. 8 (2), p.135-156
- DAMASIO Antonio R.,
2021 *Sentir et savoir*, Paris, Odile Jacob
2002 *Le sentiment même de soi*, Paris, Odile Jacob
- DAMIAN Jérémy,
2014 « Intériorité/Sensations/Consciences : sociologie des expérimentations somatiques du Contact Improvisation et Body-Mind Centering », Thèse en Sociologie, Université Grenoble Alpes
- DELEUZE Gilles,
1986 *Foucault*, Paris, Éditions de Minuit
1968 *Différence et répétition*, Paris, PUF
- DEWEY John,
2010 *L'art comme expérience*, Paris, Gallimard, Coll. Folio Essais
- DESCOLA Philippe,
2005 *Par-delà nature et culture*, Paris, Gallimard « Bibliothèque des sciences humaines »
- ÉRIBON Didier,
2009 *Retour à Reims*, Paris, Fayard
- FAVRET-SAADA Jeanne,
1990 « Être affecté », *Gradhiva : revue d'histoire et d'archives de l'anthropologie* (8), p.3-9
- FORTIN Sylvie,
2002 « Living in Movement: Development of Somatic Practices in Different Cultures », *Journal of Dance Education* (2/4), p.128-136
- FOUCAULT Michel,
2001 *Dits et Écrits II*, Paris, Gallimard/Quarto
1994 *Dits et écrits*, tome 4, Paris, Gallimard
- FRATAGNOLI Federica,
2023 « Pour un usage de l'entretien d'explicitation ou micro-phénoménologique avec une interprète de *Mohini Attam*. Retour sur une recherche en cours », *Recherches en danse* [En ligne], 12
- GÉLARD,Marie-Luce,
2017 *Les Sens en mots. Entretiens avec Joël Candau, Alain Corbin, David Howes, François Laplantine, David Le Breton et Georges Vigarello*. Paris, Pétra (« Univers sensoriels et sciences humaines »)
2016 « L'anthropologie sensorielle en France. Un champ en devenir ? », *L'Homme* (217), p.91-108
- GÉLARD Marie-Luce, SIROST Olivier,
2010 « Corps et langage des sens », *Communications* (86), p.7-14
- GHASARIAN Christian (éd.),
2002 *De l'ethnographie à l'anthropologie réflexive. Nouveaux terrains, nouvelles pratiques, nouveaux enjeux*, Paris, Armand Colin, coll. « U »
- GINOT Isabelle,
2024 « Apprendre à transgresser. Pour des pratiques somatiques critiques et socialement engagées », *Communications* (115/2), p.231-246
2021 « Des pratiques vers les catégories, et non l'inverse », *Repères, cahier de danse*, (46/1), p.3AA-5AA

2014 (dir) *Penser les somatiques avec Feldenkrais. Politiques et esthétiques d'une pratique corporelle*, L'Entretemps, coll. « Lignes de corps »

2014 « Inventer le métier », *Recherches en danse* [En ligne], 1

2013 « Douceurs somatiques », *Repères, cahier de danse* (32), p.21-25

2012 « Les pratiques somatiques et leurs usages sociaux », *Spirale* (242), p.58-60

2009 « Discours, techniques du corps et technocorps », À l'[a'r]encontre de la danse contemporaine : porosités et résistances, sous la dir. de Paule GIOFFREDI, L'Harmattan, coll. « Le corps en question »

GINOT Isabelle, NIOCHE Julie, NOÛS Camille

2021 « Prendre soin des imaginaires et des situations », *Repères, cahier de danse* (46), p.15-19

GINOT Isabelle, SALVATIERRA Violeta,

2019 « Des imaginaires de l'émancipation par la danse », Rapport de recherche, Paris, Centre national de la danse

GOULET Jean-Guy A.,

2011 « Trois manières d'être sur le terrain : une brève histoire des conceptions de l'intersubjectivité », *Anthropologie et Sociétés* (35/3), p.107-125

GRANGER Christophe,

2014 « Le monde comme perception », *Vingtième Siècle. Revue d'histoire* (123), p.3-20

GUILMAINE Anne-Marie,

2012 « État de porosité », *Spirale* (242), p.36-37

GUISGAND Philippe,

2012 « Étudier les états de corps » *Spirale* (242), p.33-34

HACHE Émilie (dir.) (trad. de l'anglais)

2016 *Reclaim : recueil de textes écoféministes*, Paris, Cambourakis, coll. « Sorcières »

HALLOY Arnaud,

2006 « Un anthropologue en transe. Du corps comme outil d'investigation ethnographique », *Corps, performance, religion. Études anthropologiques offertes à Philippe Jaspers*, Paris, Publibook, p.87-115

HALPRIN Anna,

2009 *Mouvements de vie*, Bruxelles, Contredanse

HANNA Thomas,

1995 « What is Somatics ? », in D.H. Johnson, *Bone, Breath & Gesture*, North Atlantic Books, Berkeley

HARBONNIER Nicole,

2012 « Plongée dans l'expérience sensible », *Spirale* (242), p.50-52

HOWES David,

2010 « L'esprit multisensoriel ou la modulation de la perception », *Communications* (86), p.37-46

HUSQUINET Héroïse,

2018 « Du corps intime au corps social. Pratiques somatiques et pensée critique », *Publications en Éducation permanente du CVFE*, [En ligne]

2019 « Mises en corps. Enquête sur les perceptions et les usages du corps qui façonnent, lient ou libèrent », *Publications en Éducation permanente du CVFE*, [En ligne]

INGOLD Tim,

2014 *Être au monde. Quelle expérience commune ?* (avec Philippe Descola), Lyon, Presses universitaires

- JAY Laurence,
2014 « Pratiques somatiques et écologie corporelle », *Sociétés* (125/3), p.103-115
- LAPLANTINE François,
2018 *Penser le sensible*, Paris, Agora, Pocket
2006 *La Description ethnographique*, Paris, Armand Colin
2005 *Le Social et le sensible. Introduction à une anthropologie modale*. Paris, Téraèdre
- LE BRETON David,
2007 « Pour une anthropologie des sens », *Vie sociale et traitements* (96), p.45-53
2006 *La Saveur du monde. Une anthropologie des sens*. Paris, Métailié (« Traversées »)
2006 « La conjugaison des sens », *Anthropologie et sociétés* (30/3), Érès, p.19-28
2001 *Anthropologie du corps et modernité*, Paris, Presses Universitaires de France
- LE MENESTREL Sara, coord.
2012 *Des vies en musique. Parcours d'artistes, mobilités, transformations*, Paris, Éditions Hermann
- LEVINE Peter A.,
2013 *Réveiller le tigre, guérir du traumatisme*, InterEditions
- LOUIS Édouard,
2021 *Changer : méthode*, Paris, Seuil
- LOUPPE Laurence,
2004 *Poétique de la danse contemporaine*, Bruxelles, Contredanse
- MARTIN Andrée,
2012 « Itinéraire d'un corps dansant », *Spirale* (242), p.54-56
- MARTIN Nastassja,
2022 *À l'Est des rêves*, Paris, La Découverte
2019 *Croire aux fauves*, Paris, Verticales
- MAUSS Marcel,
1936 « Les techniques du corps », *Journal de psychologie* (32/3-4), p.271-293
- MERCIER-LEFEVRE Betty,
2017 « Chercheurs et artistes : du trouble dans la place », *Recherches en danse* [En ligne], 6
- MERLEAU-PONTY Maurice,
1988 *Le Visible et l'Invisible*, Paris, Gallimard
1964 *L'Œil et l'esprit*, Paris, Gallimard
1945 *Phénoménologie de la perception*, Paris, Gallimard
- MIDOL Nancy, PRAUD Dominique,
2009 « Introduction : Danser pour interpréter le monde en soi », *Corps* (7/2), p.11-13
- MORIZOT Baptiste,
2020 *Manières d'être vivant*, Actes Sud, coll. Mondes sauvages
- MOUKHEIBER Albert,
2024 *Neuromania*, Paris, Allary Éditions
- OLIVIER DE SARDAN Jean-Pierre,
1995 « La politique du terrain », *Enquête* [En ligne], 1

- OLLAGNIER-BELDAME Magali,
2019 « Expérience corporelle, cognition et émergence de sens », *Intellectica* (71), p.21-38
- PETITMENGIN Claire,
2011 « Le dedans et le dehors : une exploration de la dynamique pré-réfléchie de l'expérience corporelle », *Travail et Apprentissages*, vol. 7/1, p.105-120
2007 « Découvrir la dynamique de l'expérience vécue », *Bulletin de psychologie*, HS, p.114-118
2005 « Un exemple de recherche neuro-phénoménologique : l'anticipation des crises d'épilepsie », *Soumissions libres (Eds)*, *Intellectica* (40), p.63-89
- PÉTONNET Colette,
1982 « L'Observation flottante. L'exemple d'un cimetière parisien », *L'Homme*, tome 22 (4), p.37-47
- SIZORN Magali,
2008 « Expérience partagée, empathie et construction des savoirs », publié dans le *Journal des anthropologues* [En ligne], 114-115
- SORIGNET Pierre-Emmanuel,
2010 *Danser. Enquête dans les coulisses d'une vocation*, Paris, La Découverte
- SOUZA VIEIRA Marcilio,
2015 « Approches Somatiques du Corps dans la Danse », *Revista Brasileira de Estudos da Presença*, Porto Alegre, v.5 (1), p.127-147
- TODD Mabel E.,
2012 *Le corps pensant*, Bruxelles, Contredanse
- TOPF Nancy,
2020 *L'anatomie du centre*, Bruxelles, Contredanse
- VERMERSCH Pierre,
1994 *L'entretien d'explicitation*, Paris, Éditions Sociales Françaises

SITOGRAPHIE

- Compagnie Onyrikon :

<https://onyrikon.org/>

- Présentation vidéo du spectacle *Urdimbre* :

<https://www.youtube.com/watch?v=Mn5oDVPLL2I>

- Présentation vidéo du spectacle *Corde* :

<https://www.youtube.com/watch?v=kbvenS4V9eA>

- Centre National de la Danse :

<https://www.cnd.fr/fr/>

- Performascope :

<https://performance-lab.huma-num.fr/fr>

- Pour un Atlas des Figures :

<https://www.pourunatlasdesfigures.net/>

- Sites dédiés aux deux approches somatiques principalement citées dans l'étude :

<https://bonniebainbridgecohen.com/>

<https://www.bodymindmovement.com/>

- L'importance des livres dans le parcours du danseur et chorégraphe brésilien Volmir Cordeiro :

<https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/le-book-club/dans-la-bibliotheque-de-volmir-cordeiro-8862550>

- La perception de la réalité par le neuroscientifique franco-libanais Albert Moukheiber :

<https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/serie-la-perception-de-la-realite-avec-albert-moukheiber>

- 4 exemples des propositions artistiques de Myriam Lefkowitz autour du toucher et de la confiance :

<https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/serie-myriam-lefkowitz>

TABLE DES ANNEXES

Toutes les annexes sont consultables via le lien suivant (sous couvert d'autorisation) :

<https://drive.google.com/drive/folders/18rDuZxKA1AhjZxAb4H0RKFaX1A55kimf?usp=sharing>

- Entretien 1 mené avec Beatriz NAVARRO le 10/11/2023
- Entretien 2 mené avec Beatriz NAVARRO le 14/3/2024
- Entretien 3 mené avec Beatriz NAVARRO le 15/6/2024

- Intervention de Beatriz NAVARRO : « la práctica somática : anatomía, intimidad y política » au colloque Danse et Philosophie « Corps en résistance. Champs d'action en mouvement » à l'Université Nationale Autonome de Mexico (UNAM), 11/2019 ; (version originale espagnole suivie de la traduction française)
- Entretien entre Hugo MARBÁN DOMÍNGUEZ et Beatriz NAVARRO, « Cuerpo Vivo, Cuerpo Transitorio. Volver a Casa es Volver al Cuerpo », pour *El arco entre dos muertas*, 2/7/2015 ; (version originale espagnole suivie de la traduction française)
- Article de Beatriz NAVARRO « ¿ Por qué la educación corporal es importante para la formación del infante ? » pour *Missa Brevis*, 27/2/2013 ; (version originale espagnole suivie de la traduction française)

- Communiqué de presse du Musée Ethnographique de Genève (MEG) « Les actions du MEG envers le patrimoine spolié du Royaume de Bénin (Nigéria) », 27/4/2022
- Communiqué de presse du Musée Ethnographique de Genève (MEG) « Inauguration de la Galerie sonore du MEG avec l'œuvre *Climat* d'Amandine Casadamont : 14 septembre 2022 », 29/8/2022

- Dossier de présentation du spectacle *Corde*, création 2025 (dernière mouture)
- Dossier de présentation du spectacle *Urdimbre*, création petite enfance 2024
- Dossier de présentation du spectacle *Tac-til-a-zu*, création petite enfance 2020
- Dossier de présentation du spectacle *Som(OS)*, création 2016