

Bougez Danse, **T**ranse, Swing !

crédit photo : Jean-Marc Lefèvre

WUTAO, LA « DANSE DU TAO »

Fondateurs : Imanou Risselard & Pol Charoy

Origines : issue du métissage de techniques martiales et énergétiques taoïstes avec l'art du mouvement théâtral et dansé de l'Occident, le Wutao émerge au centre de ces arts en 2000.

Spécificités : la pratique se concentre sur le déploiement d'une onde déclenchée par le relâchement du bassin. Onde à partir de laquelle se décline tout un ensemble de mouvements réalisés dans un profond respect de l'être et de sa corporalité.

Vertus : co-naissance de soi, souplesse, tonicité, et libération de la respiration. Cet art marie subtilement le mouvement du souffle et le mouvement pulsé d'expansion et de contraction présent en toute vie. Le Wutao offre de reprendre contact avec les mouvements primordiaux.

Conseils : être prêt à lâcher la volonté du geste pour « surfer » sur une écoute du geste.

DANSE CONTACT

Origines : née dans les années 70 aux Etats-Unis, la Contact Improvisation (CI) trouve ses origines dans la danse post-moderne et les arts martiaux.

Spécificités : pratiquée principalement en duo, la technique met l'accent sur la relation au sol et à la gravité. Il s'agit notamment d'expérimenter des prises de risques telles que la chute, le déséquilibre, le partage du poids avec le partenaire.

Vertus : elle développe une aptitude à appréhender l'environnement et à réagir à ses propres perceptions pour aller vers une danse plus ouverte, souple, fluide et ludique, seul, à deux ou en groupe.

Conseils : le p'tit plus, trouvez les bons partenaires !

CAPOEIRA

Origines : la capoeira est née dans l'état de Bahia, à Salvador, au 18e siècle. Créée par les esclaves africains « importés » par les colons portugais au Brésil. Les esclaves n'ayant pas le droit au port d'armes développèrent un art de combat inspiré de danses rituelles basées sur l'observation des animaux.

Spécificités : entre lutte, danse et art martial, la capoeira fait appeler aux ressources instinctives du capoeiriste. Les techniques sont transmises au rythme du berimbau et des chants auxquels le pratiquant s'initie également.

Vertus : la célébration du jeu par la joute martiale chantée et dansée.

Conseils : privilégiez le jeu avec l'autre à la performance.

L'essence des arts martiaux est intimement liée à la danse, qu'elle soit d'origine guerrière (les danses amérindiennes ou même le « aka » des All Blacks en rugby), ou artistique. Ainsi retrouve-t-on dans le wu shu et l'opéra chinois, le kalaripayat et le katha kali, le pencak silat et les danses issues du Ramayana, la même gestuelle et les mêmes déplacements, ou en tout cas, une résonance. C'est cette dimension artistique, son rythme et sa musique, qui crée une transe, ou plus simplement un état propice à l'accomplissement du mouvement juste.

BUTO

Fondateur : on a coutume de considérer le spectacle Kijinsky (« couleur interdite ») de Tatsumi Hijikata, en 1959, comme son acte de naissance.

Origines : en tant que forme chorégraphique contemporaine, le butô apparaît dans les années 50 suite aux bombardements nucléaires de la seconde guerre mondiale. Le mot butô (bu : « danse » et to : « fouler le sol ») fait référence aux rituels shintoïstes. C'est donc une réponse non pas politique, mais artistique, à l'onde de choc engendrée par la bombe atomique.

Spécificités : un dépouillement gestuel et des déplacements d'une lenteur quasiment immobile. Un émotionnel sublimé souvent exprimé à travers la pureté de la nudité corporelle. L'intériorité par excellence.

Vertus : la transmission et le partage de la profondeur.

Conseils : soyez prêts à aller au-delà des apparences.



Et aussi... le mouvement régénérateur d'Itsuo Tsuda, de nombreuses danses, comme le tango argentin, les danses africaines, la biodanza...

crédit photo: Emilie Hernandez, photographie: Ming-Hsun Lee pour la Compagnie Taipei Dance Circle.