

## *Le poids* *Conceptions et geste dansé*

Pour Laurence Louppe<sup>1</sup>, la danse contemporaine se fonde sur un champ de valeurs partagées. Parmi elles, la gravité, comme ressort du mouvement, prend une importance particulière. Dès lors, si cet *élément constitue ce que Françoise Dupuy appelle un des « fondamentaux de la danse contemporaine »*, il est intéressant d'identifier ce qui fait la spécificité de cette conception, ses origines, ses enjeux et son traitement dans le champ artistique.

Delsarte, Dalcroze et Laban ont tous les trois considéré que l'expressivité du mouvement était étroitement liée au rapport que le sujet entretient avec la pesanteur.

Dalcroze a largement développé son opposition à la danse classique dans laquelle le rôle des jambes « *semble être de nier la pesanteur* ». Au contraire, il soutiendra que « *toutes les impressions qui ont formé vos pensées et vos sentiments s'expriment par votre attitude et vos mouvements, par la proportion de leur durée, par celle de leurs accentuations, par l'ensemble de degrés de légèreté et de pesanteur de vos membres, par la collaboration de vos muscles serviteurs de votre tempérament.* »<sup>2</sup> En filigrane de cette conception se profile la recherche d'un mouvement plus « naturel », non régi par des codes pré-établis mais plutôt par la perspective du rapport harmonieux entre les facteurs internes du mouvement et les contraintes extérieures. La danse d'Isadora Duncan en sera une expression. Le danseur n'est plus un personnage évoluant dans un monde imaginaire fondé sur l'idéal de l'élévation, de la légèreté voire de l'immatériel mais une matière concrète animée par des pensées et des émotions et qui s'inscrit dans le champ gravitaire.

Parallèlement, toutes les analyses de Laban<sup>3</sup> ne peuvent se concevoir en-dehors de cette position qui situe l'Homme dans le cosmos.

Le rapport du danseur à la pesanteur sera pris en compte, chez Dalcroze et Laban, selon deux dimensions liées entre elles et encore plus étroitement conjuguées dans les explorations menées en danse contemporaine:

- la première s'intéresse plus spécialement à la notion de transfert de poids notamment lors des déplacements du corps ;
- la seconde concerne le plan de l'expressivité du geste en ce que la gestion du poids est à même de traduire non seulement les attitudes intérieures mais plus généralement le rapport de l'homme au monde.

Sur le premier plan, Dalcroze avait souligné que l'arythmie dans la marche provenait du fait que le danseur ne savait pas régler le transfert de poids d'une jambe sur l'autre. Ces considérations confèrent une importance particulière à la notion d'appuis alors que la danse classique avait valorisé la jambe libre, par les arabesques et attitudes notamment. Cette conception va générer une redéfinition du travail corporel en danse et ouvrir la voie à d'autres exploitations.

Laban fera de cette notion de transfert de poids un des éléments centraux de la kinétophographie. Le déplacement du danseur n'est plus une forme à (re)produire mais un jeu

---

<sup>1</sup> LOUPPE (L.), *Poétique de la danse contemporaine*, Bruxelles, Contredanse, 1997.

<sup>2</sup> JAKES-DALCROZE (E.), *Le rythme, la musique et l'éducation*, Lausanne, Ed. Foetisch, 1965.

<sup>3</sup> HOGSON (J.), PRESTON DUNLOP (V.), *Introduction à l'œuvre de Rudolf LABAN*, Arles, Actes Sud, 1991.

fondé sur le rapport du corps à la gravité, dans le cadre d'une pensée qui considère le mouvement dans ses aspects dynamiques : force, tension plutôt que forme.

L'analyse nous conduit à envisager une deuxième caractéristique du mouvement. C'est en jouant, entre autres facteurs, sur les degrés de légèreté ou de lourdeur (Dalcroze) que le geste peut se décliner selon une palette de nuances. Laban souligne à la fois le déterminisme que représente la pesanteur mais à la fois le choix conscient que l'Homme peut faire dans la variation de son rapport aux différents facteurs du mouvement. Ainsi, évoque-t-il deux attitudes fondamentales : se soumettre au poids ou au contraire y résister, que sa théorie de l'« effort » développera.

Les chutes et suspensions chez Doris Humphrey peuvent être perçues comme la vague qui fait voyager le poids en jouant sur les appuis dans l'élan. Hubert Godard écrit : « *le rapport avec le poids, c'est-à-dire avec la gravité, contient déjà une humeur, un projet sur le monde.* »<sup>4</sup>

Mais plus finement encore, selon quelle alchimie ce rapport au poids véhicule-t-il la charge expressive du mouvement ?

S'ancrant sur les travaux de Laban, Godard rappelle que la posture érigée, avant toute problématique de mouvement, contient déjà des éléments psychologiques et expressifs. Il appelle « pré-mouvement » cette attitude envers le poids, régie par l'activité des muscles anti-gravitaires qu'affectent nos états émotionnels. Pour lui, l'expressivité du geste humain se situe dans ce pré-mouvement, toile de fond tonique et gravitaire aux dimensions affectives et projectives. Cette attitude posturale, « *langage non conscient* », est « *un mélange complexe de paramètres phylogénétiques, culturels, et individuels.* » Il illustrera cette conception en montrant que l'intérêt pour l'organisation posturale verticale dans l'Allemagne des années 30 trouvera des traitements opposés chez Mary Wigman et chez les nazis, traduisant des « projets politiques »<sup>5</sup> bien différents.

Pour A. Desprès, « *la notion de 'poids' se fait même le vecteur d'une véritable 'pensée'... De façon plus radicale, ces investigations impliquent un nouveau rapport à la gravité (et donc un autre rapport au monde), réalisent une autre façon de se porter, supposent un changement profond d'attitude face à une façon de penser le corps impliquant une mutation générale de la texture corporelle.* »<sup>6</sup>

Quelle(s) mutation(s) de la corporéité se joue-t-il donc dans cette approche ?

Le travail du poids et la sensation de poids, en relation directe avec l'usage des « release-technique »<sup>7</sup> par les danseurs, reposent sur la recherche d'une économie dans le mouvement, d'une aisance dans la réalisation. Il s'agit de se mouvoir sans efforts inutiles, sans crispation entravant le mouvement, de trouver le geste juste.

Un des éléments fondamentaux de la kinésiologie, telle que la développe O. Rouquet<sup>8</sup>, concerne justement le rapport à la gravité : laisser agir le poids en relâchant les muscles

---

<sup>4</sup> GODARD (H.), « Le geste et sa perception », in MICHEL (M.), GINOT (I.), *La danse au XXe siècle*, Paris, Bordas, 1995.

<sup>5</sup> GODARD (H.), *ibidem*.

<sup>6</sup> DESPREZ (A.), « Un rapport autre à la gravité, enjeux », in GREEC, *La danse une culture en mouvement*, Actes du colloque international, Université Marc Bloch, Strasbourg, 1999.

<sup>7</sup> Release-techniques : ensemble des techniques de conscience corporelle, qui ont pour objectif commun le changement de schémas neuro-musculaires du mouvement, comprenant entre autres la méthode M. Alexander, Feldenkraïs, la kinésiologie, le Laban/Bartenieff, etc.

<sup>8</sup> ROUQUET (O.), *Les techniques d'analyse du mouvement et le danseur*, Paris, FFD, 1985. *La tête aux pieds*, Paris, FFD, 1991.

périphériques pour que puisse se développer l'action anti-gravitaire des muscles posturaux. Cette approche, qui débouche sur une forme de sobriété dans la gestuelle, sera au cœur du travail de Trisha Brown dans ses *Accumulations*. Celle-ci parlera d'un « *usage non autoritaire du mouvement* » pour évoquer cette façon de jouer avec le poids en suspendant « *l'auto-dirigisme et l'activisme mental* »<sup>9</sup> Desprès parle d'un « *con-sentir gravitaire* » qui consiste à se laisser traverser par les flux gravitaires, à réagir aux surfaces porteuses par une texture corporelle « *douce* ».

Le Contact Improvisation de Steve Paxton se fonde sur ces principes. Être en contact sans s'agripper, donner son poids et recevoir celui du partenaire pour se couler dans le mouvement, telles sont les exigences de cette danse.

La respiration joue ici un rôle primordial dans la modulation tonique qui dépasse d'ailleurs largement les aspects physiques du mouvement. Le souffle d'expiration ou d'inspiration qui accompagne un mouvement, allant dans le sens de la gravité ou au contraire s'y opposant, interpelle le sensible. L'importance donnée au son du souffle dans *la Noce* de Bouvier et Obadia donne toute sa dimension organique et symbolique au dialogue des duos en forme de chutes et de retours.

Cette gestion du poids qui s'ancre sur l'inhibition des tensions autorise cette double circulation des flux dans le corps du danseur : relâcher certaines parties du corps, les muscles périphériques notamment, tout en s'érigeant : ce qui suppose l'intégration des polarités que sont le ciel et la terre à la fois dans leur dimension directionnelle mais aussi affective et symbolique.

Enfin, dans les mutations de la corporéité évoquées précédemment, c'est également le rapport au temps qui se trouve bousculé : le sujet n'est plus dans la projection du geste à venir mais dans la présence à l'instant, dans sa double dimension de conscience du corps, dans sa globalité et conscience de sa relation avec l'environnement.

---

<sup>9</sup> DESPRES (A.), « Un rapport autre à la gravité, enjeux », *op. cit.*