



Susanne Daeppen

L'art de la lenteur - une danse de la nature vers l'âme

La danse de l'âme : beauté de la simplicité

« L'amour et la douleur ne connaissent pas les mêmes limites que la beauté. Dans les abysses de la mer, des plantes fleurissent comme sur l'alpage au printemps. La montagne et la mer ne font qu'un ».
(Kazuo Ohno, *Shinshokan Dance Magazine*)

Pendant des années, cette phrase énigmatique de Kazuo Ohno m'a accompagnée dans ma longue quête pour comprendre le butoh. Ces mots nourrissaient mon âme.

Par la lenteur, le danseur plonge dans un état de profondeur qui touche l'âme et l'esprit. J'appelle une telle danse la « danse de l'âme ».

« Le corps est un temple sacré, un lieu de spiritualité. Le tantrisme souligne l'importance et le caractère précieux du corps, car l'illumination n'arrive jamais de l'extérieur. Tout existe déjà dans le corps, et dans la conscience. Le corps est une source de profonde sagesse, qui permet d'aller à la découverte de soi-même et de mieux se connaître. Le corps humain est comme la partie physique du cosmos, comme la nature. L'homme est une reproduction infiniment petite du cosmos. Toutes les caractéristiques de celui-ci se retrouvent en lui. Selon les textes tantriques, le corps se trouve – comme la Nature et les incessants changements de la matière - dans un état de flux continu. »

(Tiré du livre « La langue secrète des Yogis », d'Ingrid Ramm-Bonwitt)

Mon séjour à New York fut très enrichissant. Dans ce creuset des arts et des cultures, j'avais accès aux sciences et aux doctrines asiatiques. Je commençai à pratiquer le yoga et le tai-chi, tout en m'initiant au bouddhisme zen et tibétain. Du matin au soir, je ne pensais qu'à l'art et à la danse, et j'apprenais à mieux me connaître. Je réalisai alors que j'avais besoin d'une motivation philosophique pour bouger. Tout ce qui avait trait à la culture et à la spiritualité asiatique, indienne et tibétaine commença à me passionner. Ainsi débuta une décennie consacrée à l'étude du yoga, du tantrisme et du tao. Plus je me plongeais dans ces enseignements, plus je leur trouvais de points communs.

Tout cela raviva le souvenir d'une expérience qui remontait à mon enfance, et que j'avais gardé enfoui en moi, comme un secret, ou une forme inconsciente de sagesse. J'avais compris que la force de l'esprit peut aider à guérir le corps. Lorsque, petite, je dansais devant le miroir, j'avais réalisé que mon corps était une merveille de la nature. Il formait un tout unique et beau. Cette découverte m'avait plongée dans une grande stupeur qui, dans mon âme d'enfant, était loin de tout narcissisme. J'éprouvai à nouveau ce sentiment en m'initiant au yoga, qui considère le corps, l'âme et l'esprit comme un tout harmonieux. Les doctrines asiatiques prônent le respect du corps, un respect que j'avais éprouvé la première fois en dansant devant le miroir.

Ce sentiment s'était envolé entre-temps, alors que je m'imposais des entraînements et une discipline de fer, et que mon corps, et surtout mon esprit, commençaient à se raidir et à se sentir à l'étroit. L'enseignement du yoga me

poussa à étudier les textes classiques, comme le « Bhagavadgita », et les écrits tantriques qui parlaient de la force féminine et divine de la Dakini. Cette nouvelle découverte éveilla en moi l'idée d'un « butoh féminin », car dans la tradition tantrique, la puissance divine féminine est vénérée et respectée en tant que source de toute chose. La Dakini est la force spirituelle qui nous fait toujours avancer.

« En tibétain, Dakini signifie « Khadro », littéralement « promeneuse du ciel », soit une personne qui se déplace dans le ciel. La Dakini est probablement la manifestation féminine la plus importante du bouddhisme tibétain. En général, elle représente le flux d'énergie constant avec laquelle le yogi doit travailler pour parvenir à la Réalisation. Elle peut avoir un aspect humain ou les traits d'une déesse pacifique ou courroucée, mais elle représente aussi le jeu de l'énergie dans le monde des apparences. Le contact avec la Dakini libère des facultés intuitives et de discernement. La Dakini génère un sentiment de relation immédiate et d'enjouement fantasque. »

(Tiré du livre « Women of Wisdom », de Tsultrim Allione)

Pour moi, la puissance de la Dakini se retrouve dans l'aspect enjoué et fantasque que le yoga confère à la danse. Je me suis complètement identifiée à cette énergie, elle m'a inspirée, m'a protégée, m'a guidée vers un aspect plus féminin de la danse libre. « Celle qui danse dans le ciel » : cette image m'a stimulée et m'a donné un sentiment de légèreté, en équilibre entre ciel et terre, entre les forces du visible et de l'invisible. La force de la Dakini est un principe supérieur qui nourrit la femme danseuse que je suis, et qui a réuni en moi l'intériorité du yoga et le vide du butoh.

Cette longue quête m'a menée à une source dans laquelle je puise un sentiment de satisfaction et une créativité insoupçonnée. La vision que j'avais se réalise enfin : celle d'une danse qui réconcilie l'art et la spiritualité, et qui se passe de hiérarchie et de jugement. L'art de la danse ne devrait pas rester entre les mains d'une élite qui se réfère encore aux codes du ballet classique. J'aimerais toujours rester « débutante », et voir où et quand mon travail rencontrera un écho. J'ai gardé l'envie de persévérer en lisant les biographies d'artistes très divers. Lorsqu'on s'aventure vers une terre nouvelle, il faut d'abord endurer un long « vide ». L'artiste Meret Oppenheim a comparé ce vide à un « terrain en friche ». Quelque chose est en friche, avant que la graine ne s'éveille.

Ces années passées à explorer le thème de la féminité et sa face cachée furent difficiles. Les questions que j'abordais - la menstruation, la laideur dans le féminin, des thèmes tabous - ajoutées au défi de la lenteur, faisaient peur et ne répondaient à aucune attente. A l'espoir succédaient des promesses qui aboutissaient finalement à un refus. Je dus faire face au rejet, aux sourires moqueurs et à l'irritation que suscitait le « message » féminin que j'essayais de faire passer.

Pourtant, j'ai tenu bon, et cela en a valu la peine. Un nombre croissant d'institutions et de personnalités en vue ont commencé à manifester de l'intérêt pour mon travail. La première invitation à me parvenir fut celle du Musée de la femme, à Wiesbaden, où mon travail reçut un écho considérable. Il s'agit de ma « deuxième naissance ». Je recueillis aussi des réactions de spectatrices et de spectateurs qui avaient été touchés et s'étaient sentis interpellés dans leur propre existence.

Peu à peu, j'ai rencontré des personnes qui parlaient le même langage que moi, ou qui étaient ouvertes à ce que j'essayais d'exprimer dans la danse. Le temps semble jouer en ma faveur. Beaucoup de gens en ont assez de notre époque

marquée par l'agitation, la compétition et le stress ; ils sont fatigués d'avoir des bleus à l'âme et au corps, ou de se sentir manipulés dans le cadre professionnel et dans leurs relations personnelles. Je constate aussi que beaucoup de créateurs ressentent le besoin d'utiliser leurs ressources personnelles avec ménagement.

J'ai sciemment accordé ici la même importance à mon travail sur scène et dans mes ateliers, car les deux facettes se sont enrichies mutuellement dans l'élaboration de la danse de l'âme. Dans mes performances, j'ai appris à communiquer par le silence, alors que j'abandonnais les formes apprises dans le cadre de mon enseignement, faisant appel à la créativité de chaque participant. Quelque chose de fondamental s'est mis à changer. Beaucoup de gens ont conscience des grands changements qui sont en cours sur la planète et au sein de la société. Ces bouleversements ont lieu à petite et à grande échelle. Certains sont en train de se dérouler sous nos yeux, d'autres sont au-delà de notre perception. Comme l'Histoire l'a montré, de telles époques sont toujours marquées par une créativité féconde. Je suis convaincue que les doctrines anciennes sont à nouveau actuelles et accessibles, parce que l'être humain en a urgemment besoin. Un nombre croissant d'individus se prennent en main sur le plan physique, spirituel et psychique. Qu'est notre corps, si ce n'est la Terre même ? Si nous écoutons notre voix intérieure et que nous sommes prêts à changer, notre confiance en nous ne fera que croître et notre potentiel se développer. Le chemin de la lenteur est libérateur, il nous fait découvrir une nouvelle façon d'être dans notre corps. Cette liberté nous permet aussi de poser un regard neuf sur l'homme et la femme et leurs relations réciproques. Cette force féminine en pleine éclosion se passe de la compétition. Hommes et femmes, nous devons développer cette force de paix pour que les changements en cours évoluent vers quelque chose de positif. Hommes et femmes, il nous faut à tous du courage pour abandonner les vieilles habitudes et accueillir ce qui est en train de prendre forme. Les « nouveaux » enfants ont déjà cette faculté en eux. Suivons donc leur exemple et adoptons leur esprit d'ouverture face à la vie !

« Comme l'être humain, l'univers a son histoire. Je crois que l'histoire de l'homme recoupe celle de l'univers. Pour moi, danser le butoh, c'est revêtir le costume de l'univers. Enfiler un habit sur le corps, et en même temps sur l'âme : l'âme est le costume du butoh. La vie a commencé à partir d'une cellule. Durant des millions d'années, les cellules se sont adaptées à leur environnement, ont lutté contre lui et ont résisté grâce à leur force vitale, donnant forme à la vie, à l'être humain. L'âme et le corps étaient inséparables. La fantaisie et le rêve aussi ont contribué à former l'homme. »

(Kazuo Ohno : La révolte du corps)

C'est ainsi que je vois la danse de l'âme, simple et belle, ouverte à tous, à tout moment, nécessitant peu de temps et d'espace. Peu à peu, notre quotidien y gagnera en qualité, car nous agissons en toute conscience. Simplement ralentir, freiner – c'est possible à tout moment de la journée. Tout ce qui nous entoure peut en bénéficier.

Si l'on considère la danse comme une partie intégrante de notre quotidien, elle n'est plus un acte isolé ou confiné à la scène classique. Nous pouvons l'intégrer à notre existence, comme un rituel. Les ateliers, les semaines de danse, les leçons,

les improvisations collectives deviennent ainsi des moments de fusion entre l'art et la vie, entre le corps et l'âme. Je pense que le temps est venu d'inviter la danse dans la vie réelle. Les fêtes de famille, les mariages, les enterrements, les baptêmes et les fêtes d'amis ont toujours été des occasions de danser. A condition de le vouloir, l'occasion se présentera à nous de partager notre ressenti avec un public approprié. Dans les cultures anciennes, les danseuses et danseurs chamaniques avaient pour rôle d'incarner le subconscient et les thèmes qui sommeillaient dans l'esprit collectif. Dans des moments d'extase, ils pouvaient rendre visible, au moyen de la danse, ce que renfermait l'âme de chacun, et ainsi modifier la conscience collective. Aujourd'hui aussi, nous pouvons créer de nouveaux rituels qui servent la communauté entière et qui conviennent à notre culture, voire qui participent à son renouvellement. Qui pose les limites de notre créativité et de notre potentiel de création ?

Mon expérience avec le butoh et les rencontres inspirantes que j'ai faites grâce à cette danse symbolisent pour moi le passage du monde obscur vers la lumière. Telle la fleur de lotus qui se faufile à travers la vase et l'eau trouble pour atteindre le jour et éclore enfin, dans sa splendeur unique : c'est ainsi que je me sens quand mon âme danse, et lorsque je regarde danser celle d'autrui.

Bild 17