

PEAC - « Danse et mythologie : danser Héros et Dieux » par Loïc TOUZE.

Danseur, chorégraphe et pédagogue, Loïc Touzé nous invite à privilégier un temps de réflexion et d'appropriation des spécificités et des croisements possibles entre des disciplines scolaires autour de la danse et de la mythologie.

« La mythologie offre un incroyable territoire d'investigation et d'inspiration pour le geste. Entre incantation, lamentation et célébration, des danses s'inventent, elles sont chaque fois l'occasion de faire quelque chose à quelqu'un ou au monde. Combat, sort, geste rituel, geste de réconciliation et d'apaisement, rapports de force ou de fraternité, relation à la terre, au ciel ou à l'invisible, autant d'occasions d'imaginer des danses ou des actes réels et imaginaires. A partir de textes et d'iconographies, composer quelques séquences de danse simple. L'observation, l'interprétation, la copie et l'imprégnation seront les opérations que nous allons effectuer pour composer ces séquences. Nous traverserons quelques exercices de vocalisation pour que le geste soit aussi porté par des paroles et des sons »

*Formation PAF action
culturelle périmètre de
Caen- 10 et 11 mars
2022Partenariat
Chorège | Centre de
Développement
Chorégraphique
National Falaise
Normandie*

Crédit photos, notes et
compléments :

Françoise LHEMERY
professeur relais /
Danse.

JOURNEE 1 : JEUDI 10 MARS 2022 – 9H A 16H30**MATIN****◦ Ouverture de la formation :**

Par Françoise LHÉMERY, professeur relais danse pour l'action culturelle rectorat de Caen.

Présentation de Loïc TOUZÉ, Cie ORO, artiste intervenant.

Présentation de Vincent JEAN, directeur de Chorège | Centre de Développement Chorégraphique National Falaise Normandie.

Présentation d'Agnès VALLÉE, Chargée de la formation et des résidences d'artistes à Chorège.

◦ Présentation des enseignants :

PROFESSEUR DE SCIENCES PHYSIQUES et CHIMIQUES (Audrey), collègue.

PROFESSEUR D'EPS (Magalie), collègue.

PROFESSEUR DE « METIERS DE LA MODE » (Sylvie), lycée professionnel.

PROFESSEUR D'EPS (Bénédicte), lycée professionnel.

PROFESSEUR DE LETTRES CLASSIQUES (Nathalie), collègue.

PROFESSEUR DE LETTRES MODERNES (Stéphanie), collègue.

PROFESSEUR D'EPS (Ludivine), Collège, [Auditrice libre].

PROFESSEUR D'EPS (Patricia), LPO.

PROFESSEUR D'EPS (Marie) Lycée hôtelier.

PROFESSEUR ARTS-danse (Françoise), LPO.

Absents :

PROFESSEUR DE LETTRES MODERNES (Sébastien), LPO.

PROFESSEUR DE LETTRES MODERNES (Stéphanie), LPO.

**Présentation de LOIC TOUZE, Cie ORO**

Loïc Touzé est danseur, chorégraphe et pédagogue.

Il crée des pièces depuis le milieu des années 90, dont les créations peuvent s'incarner dans des formats très divers. La plupart des interprètes qui partagent son travail sont eux-mêmes auteurs.

Il entreprend pendant plusieurs années avec le chercheur et artiste Mathieu Bouvier une investigation autour de la notion de figure, donnant lieu à une série d'ateliers professionnels et à la création du site pourunatlasdesfigures.net. Il est par ailleurs, régulièrement invité à prendre part aux activités de recherche de la Manufacture à Lausanne.

Loïc Touzé développe une pratique pédagogique conséquente et donne de nombreux stages à destination de professionnels ou d'amateurs, en France et dans le monde. Il intervient très régulièrement dans les formations professionnelles en danse et en théâtre (Master Exerce, écoles du Théâtre National de Strasbourg et de la Manufacture à Lausanne). Il a été membre fondateur du collège pédagogique du CNDC d'Angers entre 2004 et 2007 et a occupé entre 2016 et 2019 un poste de maître de conférences, associé à l'École Nationale Supérieure d'Architecture de Nantes.

Loïc Touzé s'investit également dans les projets d'autres artistes, d'une part en proposant un accompagnement à la chorégraphie ou à la dramaturgie (pour le cirque, le théâtre, la danse et la musique), d'autre part en développant des contextes favorables à l'émergence d'un travail autre que le sien

Toutes ces modalités d'agissement, création, recherche, enseignement ou collaborations, sont liées entre elles sans souci de hiérarchie. Ce qui préside au travail tient dans la conviction que le geste dansé est une aventure, une promesse de transformation et d'émancipation.

ARTISTE ASSOCIE POUR 3 ANS A Chorège | Centre de Développement Chorégraphique National Falaise Normandie. [source : site <https://oro.fr>].

PRÉSENTATION :

Loïc Touzé introduit le travail des deux journées de formation :

ACTE 1 ... Après la crise de 2008 ou la Grèce s'effondre...il s'interroge : comment être actif avec un imaginaire grec... ? en tant qu'artiste, Loïc Touzé a la volonté d'aller mieux regarder :

Comment les mythes nous interrogent-ils ?

Dans la Grèce antique danse et théâtre étaient très mêlés. Comment rassembler tout cela ? Il décide alors de s'emparer d'une figure mythologique et en fait un récit sous une forme d'opérette ; accès très direct au public et populaire. Il construit une pièce de six solos, accompagnés d'un récit où l'on passe de l'un à l'autre en faisant apparaître des motifs récurrents de la mythologie que l'on peut travailler (sorts, montagnes, mers, orages, ...)



ACTE 2... En 2016, on lui passe commande pour une pièce « jeune public », de 30'. Il s'appuie sur le mythe d'Ulysse. Une odyssee, entre danse, texte et univers sonore.

Source : <https://loictouze.oro.fr/fr/creations/voici-ulyse-sur-son-bateau>

Voici Ulysse sur son bateau : En italien, Ulysse veut dire « odysseo ». Ulysse contient donc son propre voyage.

Les deux interprètes, Bryan Campbell et Simona Rossi, sont tous les deux Ulysse, son épouvantail mais aussi toutes les autres créatures de son mythe.

Ils parlent et figurent par le corps. Entre danse, texte et bande sonore apportés par le musicien Jonathan Seilman, la pièce s'attache à ne jamais perdre le fil principal du mythe d'Ulysse : l'épouvantail d'un homme qui ne veut pas oublier qui il est (un homme façonné par sa terre, sa famille, sa femme...).

Ulysse lui servit du vin, encore et encore. Le cyclope, qui n'en avait jamais bu de sa vie, fut vite gagné par l'ivresse. “ *Comment t'appelles-tu, gentil barbu ?* ” bredouilla-t-il d'une voix pâteuse. “ *Mon nom est Personne,* répondit Ulysse. *C'est ainsi que mon père et ma mère m'ont nommé, Personne.* ”

En prononçant ces mots, le roi d'Ithaque sentit un frisson lui parcourir le dos. Et si, réellement, sa longue épouvantail loin des siens l'avait fait oublier de tous ? Et si, réellement, il n'était plus personne ?

Extrait du 45ème épisode “Où Ulysse fait connaissance avec le cyclope” in Le feuilleton d'Ulysse de Murielle Szac.



La pièce a rencontré les enfants : tout le monde est capable de projection imaginaire (où tout n'est pas dit).

Ulysse et Pénélope sont annoncés puis Achille...ce n'est pas figé dans le corps de l'un ou de l'autre, cela traverse entre eux. Idée passionnante qu'on peut imaginer que la danse a une effectivité : ça peut servir à faire quelque chose (résoudre un conflit, guérir une blessure...). Volonté de

donner aux enfants cette idée-là.

« *Voici la danse qu'Ulysse fait, pour ne pas oublier qui il est* » = danse de la mémoire. L'acte en soi devient une danse qui permet de se souvenir qui on est.

En 2019, travail sur les trois parques : Les parques ; dans la religion romaine ou la mythologie romaine, sont les divinités maîtresses de la destinée humaine, de la naissance à la mort.

Source : <https://loictouze.oro.fr/fr/creations/fil>

Voici les parques : Ah la mythologie !

Ces dieux, ces héros, ces récits sont une source intarissable pour nos imaginaires.

Je veux, après leur avoir conté Ulysse, partager d'autres figures avec ces jeunes spectateurs, leur indiquer où est ce lieu extraordinaire sur lequel ils pourront à tout moment de leur vie revenir.

Figures incontournables, les trois Parques circulent dans les aventures des héros et des dieux. Elles habitent un séjour voisin de celui des Heures, dans les régions olympiques, d'où elles veillent sur le sort des mortels, le mouvement des sphères célestes et l'harmonie du monde. Ces divines et infatigables filandières décident de la destinée de chacun en coupant ou retissant le fil de la vie.

Elles sont à la fois le passé, le présent et l'avenir.

Elles planent au-dessus des vivants avec dans leurs mains ces fils qui s'étendent. Leurs mouvements amples et délicats relient le temps et peuvent décider, afin que le sort du monde ne s'effondre pas, de rompre ou consolider les destinées humaines.



Elles tissent les destins des individus pour que les mondes tiennent : elles ont la possibilité de couper tel fil de la vie pour maintenir l'ordre. Pour que la vie puisse continuer (passé, présent et avenir = trois figures qui dansent ensemble).

Questionne le genre...renvoie à une forme d'instabilité...

Il s'agit ici de transmettre des outils : puiser dans ce qui va se passer pour faire sens.



MISE EN ACTIVITÉ :

Echauffements et préparation :

D'où part le mythe ? le réservoir de nos imaginaires puisé dans nos émotions, sensations...

Puis l'espace dans lequel on est : nécessité de prendre en compte l'environnement...



En cercle :

- Tapoter du bout des doigts les joues, les clavicules, le sternum, les côtes
Main droite « frapper l'épaule gauche et laisser glisser en diagonale. Alterné bras droit, gauche.
Venir toucher genou droit avec main opposée (en levant la jambe)
- Au sol : croiser la jambe droite sur la gauche, une main sur la cheville, l'autre sur le talon ;
amener le pied vers soi et relâcher. Idem de l'autre côté
- Assis en tailleur, les pouces posés sur le « troisième œil » entre les deux yeux et faire pivoter la tête. Du bout des doigts « élargir l'espace du crâne »
- Debout : main droite vers le ciel, main gauche vers le sol regarder la main vers le haut et étirer
Enrouler la colonne et dérouler en faisant des mouvements de huit avec les bras (colonne d'air)

**↘ A la manière d'un récit...entrer dans la danse...**

- **Sac de graine imaginaire** dans lequel je retire des graines qui pèsent dans ma main, je regarde le sol et je jette les graines en imaginant les voir tomber. Deux pas, et un sac de graines apparaît et je recommence.

Remarques : Chaque étape agit : il faut inventer ce sac, plonger dedans, poids des graines, se positionner avec regard au sol, élan, jeter, regarder les graines retomber, deux pas...ça commence à danser à partir du moment où on a de la vision : comprendre dans quel environnement on est. La vision est un temps essentiel.

Puis marcher sur les graines en mettant du poids pour les enfoncer

Puis idem en accélérant

Les saisons passent... le vent léger circule et va faire disparaître les petites graines restées en surface. Puis l'élan et la bourrasque arrivent.

Puis il pleut...comment ça ruissèle...cette pluie gagne tout le corps

Effrayer les oiseaux : faire les épouvantails : se placer discrètement dans

l'espace et proposer trois figures d'épouvantails : dans les corps et les visages

Remarques : impliquer le visage impacte le corps...

Le champ est désormais sauvé et les plants poussent, les fruits...abondance...

Donc est venu le temps de la récolte : 2 gestes qui s'enchaînent : aller chercher les fruits en pronation (étirer) et les ramener en supination (proche de soi). Puis avec un peu plus de dynamique...(la gourmandise)

Quelques fruits sont tombés et restés au sol : glaner ce qui reste avec un peu d'inquiétude, rester discret

Le sol doit pouvoir accueillir une nouvelle récolte il faut donc ramasser les branches et cailloux qui restent, ramasser en envoyer dans le champ d'à côté. A peine fini je ramasse de nouveau. A chaque jet c'est différent.

Le sol est dégagé, récolte faite...greniers remplis...ensemble, ne pas oublier les gestes qui ont été faits. Il faut les partager à nouveau mais dans l'ordre que l'on veut. Donne un vocabulaire qui est une suite de gestes qui, en hiver, devient une danse collective.

Référence musicale : *The jar (original)*- Remute



Improvisation libre : la mémoire remonte...
 Refaire en deux groupes.
 Puis par deux, sous forme d'un dialogue...assez proche



RETOURS :

Loïc : Passer par deux responsabilise un peu, le fait d'assumer intègre l'information. Que la question d'être vu, faisant, n'est pas complexe. **La danse se situe entre celui qui bouge et celui qui voit.**

Patricia : rire ! ça nous capte, on ne peut pas ne pas y aller : l'imaginaire

Audrey : être avec quelqu'un donne envie de réagir

Marie : c'est une entrée assez simple finalement avec tout type d'élève.

Loïc : Terre, air, vent, cycles sont des motifs de la mythologie ! l'environnement...Poséidon = eau...des Dieux animés auxquels on redonne de la puissance et de la force. Voir : on fait quelque chose, on voit ... il y a une vérité dans la simplicité des choses. **La question du sens : ce sont « les sens » au travail !** activer voir, sentir, entendre...sachant que l'émotion trouble les sens.

Bénédicte : proposer une forme un peu rigide parfois, ou les élèves reproduisent ...ici l'histoire qui est racontée donne de la liberté aux élèves. Histoire du champ mais une autre est possible ! c'est un outil...

Patricia : oui pour tout âge c'est possible

Ludivine : c'est très joli

Loïc : des fictions sérieuses pour mettre le corps en activité. **Du geste figuratif associé au regard, mouvement, rythme, vitesse, action...pour sortir du mime et aller vers une danse.** En tant qu'enseignant je le fais aussi avec les élèves.

Bénédicte : trouver la bonne histoire en fonction du profil d'élèves

Ludivine : la richesse de la transdisciplinarité

Marie : sur Guernica...



Pause... « pour les liquidités du corps... »

↘ Histoire du bateau de Thésée :

Le bateau de Thésée est une expérience de pensée philosophique concernant la notion d'identité. Elle imagine un bateau dont toutes les parties sont remplacées progressivement. Au bout d'un certain temps, le bateau ne contient plus aucune de ses parties d'origine. La question est alors de savoir s'il s'agit du même bateau ou d'un bateau différent. Elle tire son nom du héros grec Thésée : selon la légende, son bateau aurait été réparé un grand nombre de fois, au point de ne plus avoir une seule pièce d'origine.

La légende du bateau de Thésée est évoquée par Plutarque dans *Vies des hommes illustres*. Thésée serait parti d'Athènes combattre le Minotaure. À son retour, vainqueur, son bateau aurait été préservé par les Athéniens : ils retiraient les planches usées et les remplaçaient — de sorte que le bateau resplendissait encore des siècles plus tard — jusqu'au point où il ne restait plus aucune planche d'origine. Deux points de vue s'opposèrent alors : les uns disaient que ce bateau était le même, les autres que l'entretien en avait fait un tout autre bateau.



- « Faire un bateau » : une première personne s'installe dans l'espace puis une autre et ainsi de suite jusqu'à ce qu'une forme de bateau apparaisse... imaginer qu'on est bercé par les vagues... puis une personne vient remplacer quelqu'un dans la structure du bateau, proposant une autre forme... l'un après l'autre... et ainsi de suite...



Refaire un bateau plus étroit, avec des emboitements...mer calme...puis agitée...

Remarques : être attentif au moment du remplacement : être attentif au « comment » : trouver le point d'appui qui permet de libérer la partie qui doit s'effondrer...et être dans une qualité... Prendre le temps de lire la proposition pour que le bateau soit encore visible.

Marie : contact entre élèves parfois difficile : parfois à l'aveugle on reçoit l'information par le mouvement

Loïc : le mouvement collectif est très beau : chacun trouve des solutions. Le bateau navigue.

APRES-MIDI :

↳ « **Pillow training** » : manière de travailler le rapport au corps qui a à voir avec la notion de phrasé, autrement dit : dans la manière d'organiser la parole ; il y a d'abord une impulsion jusqu'à un moment où il y a un impact.

Fonction phorique : la manière dont on se porte soi-même. (L'adjectif « phorique » nous vient du grec ancien (phorein) et veut dire « porter » : aussi bien porter un petit enfant qui ne peut se porter tout seul, qu'un objet pour le déplacer d'un endroit à un autre.)



- Par deux avec un coussin : mettre de l'intentionnalité, de la vie et de l'instant présent dans l'impulsion
Idem en surinvestissant l'impact
- Entre l'impulsion et l'impact il y a l'acmé : point le plus haut...ici quand le coussin est au plus haut point de sa trajectoire : être ensemble dans l'allégresse et l'euphorie de ce moment-là. Garder les talons dans le sol...



Remarques : Ce que ça me fait » ... histoire d'une résonance dans le corps...quel trajet ensuite ?

Durée de vie de l'impact, une danse, un geste, une qualité dans cet espace créé. Avant l'impulsion, je me pose dans la relation, il y a un espace de danse, et le reste s'enchaîne, impulsion, acmé, impact, résonance. Il y a un récit, pas de raté.

- Sans les coussins, seuls, : toujours se déplacer en faisant une impulsion, suivi d'un trajet avec acmé, puis impact, une résonance, lâcher.

Remarques : La relation de l'impact naît de l'impulsion. C'est une conséquence... qui peut s'atténuer. Le trouver par l'accent puis diminuer au fur et à mesure. Pousser la résonance...

Enchaîner 2 phrasés : penser rythme et mouvement mais pas formes.

- Diagonale, par deux mais autonomes : impulsion, acmé, impact, résonance, lâcher...
- Passage par deux sur une musique « tam tam » être à l'écoute et réagir ; sur une marche
Idem avec l'idée d'ajouter des « petits jetés, marcher, repousser »

- En groupe sur tout l'espace : « Marche des conquérants », on va « attaquer »
Idem avec des « effrois » : repousser dans le sol
- En deux lignes : l'une avance, marche et impressionne l'autre. A tour de rôle.
Idem : marche et attaque : « je vous montre ce que je veux faire (déterminé)+ retour victorieux »
Ligne 1 montre comment elle va avoir « peur » à la ligne 2.



Retours : c'est très amusant ! comme un petit battle

Marie ; le face à face peut faire un peu peur aux élèves...

Loïc : il faut le rattacher à la nature de l'action : poser (conquérant), jeter (attaque), repousser (effroi). Comment on considère son ennemi dans la mythologie et on lui fait le récit : faire du faux pour conjurer le sort.

Stéphanie : c'était aussi cela dans le théâtre : montrer des choses sur scène pour qu'elles n'arrivent pas.

↳ A partir d'iconographies de figures mythologiques...entrer dans la danse



Référence musicale : *Auf dem Wasser Zu singen Op. 72, D774* Dietrich Fischer-Dieskau et Gerald Moore (Schubert)

- Proposition d'images autour de figures mythologiques, en choisir quelques-unes
 - Un trio, deux solos, un duo : incarner des poses et ensuite réfléchir à comment passer de l'une à l'autre
 - Passage par groupe
- Puis Stéphanie transmet sa phrase au groupe : un trio, un quatuor refaire une traversée avec un procédé de « canon »



Retours :

Loïc : c'est très beau la façon dont on se débrouille pour faire quand on oublie ; car c'est l'imaginaire qui le remplace.

Françoise : l'image est prétexte à entrer dans une proposition qui devient incarnée.

Loïc : Nijinski est passé par ce processus à partir des vases antiques grecs. Comment nourrir la forme ?

Stéphanie : le trio, le duo le solo, sont des formes très différentes qui apportent d'autre chose Avec une classe de 28, on propose des images, et on impose des petits groupes ?

Loïc : oui les laisser rentrer dans les choses même si au départ c'est volubile et après on restitue

Bénédicte : parfois difficile de trouver le vocabulaire, ici cela vient d'eux et selon l'objectif de séance, amener des procédés de composition...possibilité de le faire à partir de capsules vidéo.





Extrait vidéo : Ulysse sur son bateau, pièce jeune public



JOURNEE 2 : VENDREDI 11 MARS 2022 – 9H A 16H15

Les techniques ou pratiques somatiques sollicitent le corps du sujet comme corps-sujet au cœur de son intelligence propre. Elles n'ont pas été inventées par des danseurs, mais sont actuellement et historiquement utilisées par de nombreux danseurs et artistes de scène pour affiner leur conscience du mouvement.



→ Référence à la **Méthode Feldenkrais**.

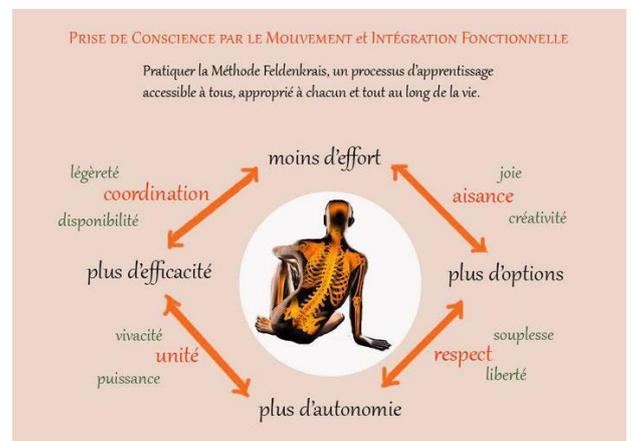
Technique qui s'entend et se pratique à la voix.

La Méthode Feldenkrais (créée par Moshe Feldenkrais), amène à prendre conscience de notre corps à travers le mouvement dans l'espace, dans l'environnement et à travers les sensations kinesthésiques qui y sont reliées.

C'est un système éducatif qui utilise le mouvement pour enseigner la conscience de soi.

Lors d'une séance collective, le praticien ne fait pas la démonstration des mouvements à exécuter. Il propose oralement aux participants d'explorer des mouvements habituels ou inhabituels. Il les invite à focaliser leur attention sur leurs sensations et sur les relations entre les différentes parties de leur squelette.

Les mouvements sont effectués lentement, sans efforts musculaires inutiles, sans esprit de compétition. Chacun agit à son propre rythme et expérimente pour lui-même la solution la mieux adaptée à ses schémas de comportement.
Pratique somatique : mise à zéro du système global.



- Position allongée au sol, sur le dos :

→ Observer comment les mains sont posées au sol. Le corps est respirant.

→ Observer quelle partie du corps pèse le plus sur le sol...quelle partie est plutôt légère

→ Imaginer une ligne qui serait une ligne qui passerait du sommet du crâne au coccyx et délimiterait une lisière entre la partie droite et gauche du corps... l'épaisseur de cette ligne...

→ Puis une ligne qui viendrait faire une lisière entre ce qui serait la partie haute de soi-même et la partie basse

→ Venir déposer les index à l'intersection de ces deux lignes

→ Puis laisser glisser les mains le long pour les déposer au sol. Sentir le poids des talons et l'écart, la distance entre les deux talons. Comment les mollets touchent le sol ou pas. Puis au-dessous des genoux, partie en non-contact avec le sol. Puis le bassin : comment le sacrum touche le sol et à quel moment les lombaires quittent le sol (courbe vertébrale). Puis les omoplates, puis les cervicales. Sentir la petite butée du crâne posé sur le sol. Imaginer une ligne qui va de l'arrière du crâne au bout du nez (distance et profondeur).

Du bout du nez, dessiner une petite ligne en l'air de droite à gauche. Associer inspire et expire.

→ Revenir tête au centre, ramener pieds dans le sol, genoux vers plafond. Presser légèrement dans le pied droit, sentir ce que cela génère dans tout le corps. Idem à gauche. Répéter plusieurs fois. Puis presser les deux pieds ensemble, observer ...puis détendre les jambes ;

Remarques : C'est très fin et très profond, dans la dimension agréable dans le sentiment d'exister dans et par le corps.

→ S'enrouler sur le côté droit (genou gauche sur le droit, main gauche sur main droite, bras allongés devant soi). La main gauche, par le bout des doigts, glisse plus loin que la main droite et revenir. Avec le coude. Rouler et refaire de l'autre côté

→ Revenir sur le dos, relâcher.

→ S'enrouler par la droite pour revenir assis...être à l'écoute de son état global...

Puis se relever



- Sur une chaise



↳ Assis sur les ischions, pieds bien alignés avec les genoux, pas d'appui sur le dossier

↳ Main droite vers hanche glisse sur la cuisse et tombe jusqu'au genou : chemin aller aussi important que le chemin retour, idem de l'autre côté ;

↳ Reprendre à droite et au moment de la bascule après le genou laisser tomber le poids du bras, revenir par les doigts qui donnent le trajet de retour. Observer comment ça lâche. Très minimal. Idem de l'autre côté.

↳ La main droite glisse devant, la gauche remonte, jusqu'à ce que les deux tombent dans le lâché.

Reprendre avec le regard. S'asseoir au fond de sa chaise et lâcher.

Remarques : Se poser au temps de repos = temps d'intégration : le système nerveux profond en profite. Faire confiance au peu, au faible, au presque rien ! Dans le corps dansant il y a tendance à convoquer le muscle qui nous donne le sentiment d'exister...

↘ Sur les ischions, osciller légèrement d'un ischion à l'autre comme si c'était un catamaran...les ischions seraient comme « les jambes du bassin »

↘ Ouvrir à droite, par le regard, et par le genou et regarder derrière soi. Puis passer debout derrière. Faire le tout de manière organique comme un tout. Faire le chemin aller et retour.

↘ Puis par les yeux, enrouler le dos

↘ Idem jusqu'à transférer le poids sur les talons, et se redresser debout

Remarque : pas d'effort à faire c'est juste une bascule du poids avec un tout petit élan au départ

↘ Idem et une fois debout avancer de 2 pas, en avant, 2 pas en arrière revenir sur sa chaise

↘ Mains jointes, doigts entre croisés « *on est chez nous* » dans la façon naturelle de le faire. Changer un doigt etc et cela perturbe...



- Se mettre debout et marcher dans l'espace parmi les objets :
 - S'intéresser à la sensation du pied droit quand il vient rencontrer le sol (endroit du pied et instant)
 - S'intéresser à la griffe des orteils au sol : la suspension du pied : moment en l'air plus gourmand que le moment au sol. Une marche qui vole plutôt qu'une marche qui appui.
 - Exagérer le pied qui vole par-dessus et faire des gestes pour venir toucher le corps : le trajet des bras d'un contact à l'autre : plus de suspension que de contact ;
 - Puis venir toucher les objets, le sol...sentir les appuis avec les mains, le bassin, le dos... l'autre, rouler par l'appui. Fermer les yeux...poursuivre
 - Arrêter et sentir son état : poids, respiration, sentiment d'exister différent ou pas...



Retours:

Loïc : Histoire de sensations très fines : légèreté, tension, etc. qui participe à une sensation de soi...et comment elle se manifeste. Ce sentiment rejoint la mythologie dans le récit...permet de changer le système postural qui, pour diverses raisons, est toujours sollicité dans le même sens

Patricia : le retour aérien du pied ! je ne m'étais jamais centré là-dessus ! le prof d'EPS est beaucoup dans les appuis et peu dans ce registre.

Loïc : Oui c'est l'acmé de notre trajet. Hermès nous renseigne sur le pied qui vole « des talons ailés ». Être dans des systèmes plus biomécaniques que tractés (pour éviter les problèmes de dos par exemple !)



- En cercle :
 - ↘ Dans la mythologie : **travail sur le chœur autour de la lamentation vers les Dieux.**
 - Référence à la pièce créée en 2013 : Ô montagne

Source : <https://loictouze.oro.fr/fr/creations/fil>

Ô montagne : PLONGER DANS LA MYTHOLOGIE ET VOCALISER LES RÉCITS

J'ai toujours été intéressé par une forme de primitivité. La performativité puise son origine dans le théâtre grec. Avec Ô MONTAGNE j'ai souhaité plonger dans la mythologie. M'approcher d'un théâtre où la voix, le chant, la danse, le tragique et le burlesque n'étaient pas encore séparés en disciplines ou en genres, mais concouraient à une même célébration. La voix s'est immédiatement imposée comme territoire d'exploration du mouvement devenant l'embrasseur principal pour engager le corps et produire du jeu. Vocaliser les récits sans les dire laissant circuler les motifs qu'ils contiennent, jouer librement avec les figures, inventer un théâtre sans intrigue, une poésie lyrique, délibérément rudimentaire et opératique.



La position des Grecs se lamentant les yeux sur le visage tiré vers l'arrière...Travail sur la voix...

- Proposer chacun une **lamentation** : la **désolation (déplacement vers l'avant)**, la **douleur (vers l'arrière)**, la **colère (vers le ciel)**.



- ↳ Puis la joie...en cercle chacun tour à tour propose une **joie (jouissance)**
- ↳ Une petite lamentation qui finit en petite joie et inversement
- ↳ le **massacre** : avec des petites onomatopées : calmer la force et aller vers des « petits massacres »



En ligne : traverser la salle :

Sur le trajet aller : 2 x [désolation (sol) + douleur (sur soi) +colère (ciel)] / calmer : silence et/ s'habiller en guerrier / bagarre qui démarre ensemble ponctuée par un cri qui tue / prendre un temps...

Sur le trajet retour : la joie...

Retour au début... comme une boucle...histoire d'un cycle...

Retours :

Très vivants ! les corps sont engagés, il y a de l'imaginaire ! écoute très forte. Les charnières ! comment on passe d'une chose à l'autre et le récit bascule. La volonté vient de l'intérieur du groupe, le corps collectif ...

Investir, désinvestir, surinvestir...

En tant que spectateur, comique de situations, très drôle !

Refaire avec moins de force et une écoute sur comment viennent les choses de l'intérieur et sur l'habillage : prendre le temps de détailler pour qu'on voit vraiment les différentes armures.

Il faut générer les émotions et ne pas se laisser submerger par elles quand on est sur scène

Passage en deux groupes

Loïc : Quand c'est subtil on suit davantage l'écriture. Et comme il y a plein de corps différents il faut le se laisser apparaitre

Stéphanie : plus difficile à 4

Audrey : il faut rentrer dedans

Stéphanie : oui les enfants sont peut-être plus dans le jugement

Loïc : oui c'est difficile mais il faut le tester... partir de « la petite bouderie » : physiquement le corps relâche et ça fait du bien. Mettre de l'imaginaire. Importance du savoir être

Patricia : le rapport au corps est mal connu et il est tellement important de se connaître ...c'est fondamental.

Présentation du site ORO :

<https://loictouze.oro.fr/fr>

- Onglet « rituels » création pour trouver des doc sur Ô montagne
- Onglet « menu » - paroles – Un cavalier endormi sur son cheval au galop

La technique ne sert à rien s'il n'y a pas un imaginaire qui la sous-tend

Les compétences du danseur ne doivent pas être une démonstration

- « Pour un atlas des figures » propose beaucoup d'outils, de documents, d'informations intellectuelles. Chaque vignette est un continent. Référence à **Hubert Godard** (« demeure du corps et dérive du geste »). C'est une pensée de la danse.

Où est l'imaginaire et comment la danse apparait ? qu'est-ce qu'une danse ?

APRES-MIDI :

- En cercle, chacun choisit un héros/une Héroïne / Matériel : coussin

→ 1er circuit : S'envoyer le coussin, il faut que tout le monde l'ait eu avant de pouvoir à nouveau le réceptionner.

Envoi du coussin avec un geste/une impulsion

On s'intéresse à l'impact

On partage l'acmé.

On pense au 3 stades : impulsion, acmé, impact

→ 2ème circuit : Choisir un prénom grec Les noms grecs dit à tour de rôle

Les noms donnés par chaque élève déterminent le circuit de circulation du coussin

Apollon, Pandore, Aphrodite, Ariane, Ulysse, Circé, Zeus, Hercule, Poséidon, Adès

Le cycle des coussins en même temps que le cycle des prénoms.

→ 3ème circuit : Hercule se déplace traverse le cercle et va mettre sa main dans le dos de l'un du groupe et ainsi de suite jusqu'à ce que tout le monde soit passé. Refaire en respectant le même ordre.

◦ Puis continuer en annonçant à haute voix les prénoms des héros toujours dans le même ordre

Reprendre le coussin toujours dans le même ordre

◦ Les 3 circuits en même temps : Enchaîner lancer du coussin toujours dans le même ordre + se déplacer et mettre sa main dans le dos de quelqu'un + annoncer les prénoms dans l'ordre

- Se présenter en associant son propre prénom et le nom du héros exemple Loïc-Ulysse + un geste

Stephanie-Circée / Sylvie-Ariane / Marie-Poséidon/ Magali-Hercule / Nathalie -Pandora/ Patricia-Apollon / Bénédicte Aphrodite/ Audrey-Zeus

Puis inverser : faire le geste et dire son nom

Remarques : séparer ce qu'on fait de ce que l'on dit

Finir son geste. Arrêter puis parler, cela précise. Les fins de geste sont importantes pour intégrer le geste lui-même



- Par deux avec un fil de chanvre (« fil d'Ariane ») d'une taille d'environ 1m70 (envergure des bras) Penser le fil comme une relation (jouer entre tension et détente). Le fil reste parallèle au sol. Jouer avec les niveaux...

Idem, l'un des deux ferme les yeux, qu'est-ce que je fais pour garder la parallèle et les niveaux ?

Idem, les 2 ont les yeux fermés (moitié des duos en spectateurs) ...

Remarques : être délicat dans la relation, écouter. Avoir confiance pour déplacer la relation dans l'espace. L'intervenant annonce des pauses si danger ou pour stabiliser/arrêter la relation, celle-ci peut repartir « continuez ».



- Groupe de 5, en cercle, un fil entre chaque personne, prendre le temps de composer une architecture dans l'espace. Les fils doivent rester parallèles entre eux. Regard sur ce que cela construit, compose.

Remarques : Fabrique du labyrinthe du Minotaure... le labyrinthe se reconfigure en permanence, architecture précaire et mobile. Comment les corps, les dos profitent des mouvements ?

Comment cela s'architecture ? Ne pas aller trop vite... Trouver dans le corps comment il y a du mouvement !

Changer les profondeurs de champs...

Référence musicale : Wolfgang Amadeus -Piano concerto 21

Idem : + trouver le bon moment pour donner son prénom grec. La structure porte un dieu qui va avoir envie de donner à haute voix son prénom.



Retours :

Marie : tout de suite très esthétique.

Loïc : Construire à plusieurs une architecture en 3D dans l'espace ; tensions, relâchement

Magali : dès que le fil est trop tendu cela amène des crispations et on subit

Bénédicte : imaginer les possibles pour qu'ils deviennent des appuis.

Patricia : ce qu'on prévoit de faire et qu'on ne peut faire ! s'adapter

Françoise : avec les élèves les chemins de corps sont souvent identiques. Ici la contrariété apportée par les autres vient nourrir les possibles et faire découvrir d'autres chemins.

Loïc : négocier, être diplomate, à l'écoute

Pause de trois minutes pour la « liquidité des corps » !...

- Reprendre la situation avec les iconographies mais en changeant la constitution des groupes (solo devient duo ou trio et inversement...) : 3 solos

Passage... **Lohingrein**



Retours :

Musée vivant mythologique. Tenir une posture n'est pas si simple. Profiter pour travailler sur l'intensité. Comment cela se remplit, rester vivant dedans

BILAN DE LA FORMATION

Prendre quelques minutes individuellement pour revenir sur ces deux jours : les attentes, les rencontres, le bagage avec lequel on repart...

Loïc : je viens pour former des formateurs. Mon travail est de m'appuyer sur vous pour que cela fasse écho plus loin, professionnellement.

Sylvie : je suis arrivée sans aucune idée, pas d'attentes particulières. J'ai pris beaucoup de plaisir. Un éventuel réinvestissement avec les élèves pour moi, compliqué immédiatement. Je repars avec des attitudes « se poser » « être à l'écoute de l'autre ».

Nathalie : très curieuse, je voulais m'enrichir encore sur le plan chorégraphique. Le vocabulaire spécifique, les étapes pour amener l'élève à construire avec plusieurs consignes. Sur la démarche j'ai appris plein de choses. L'appui sur les photos de la mythologie. Je m'attendais peut-être à plus de narration et finalement c'est bien qu'il n'y en ait pas eu de trop. La mythologie est une vision du monde...

Tu as parlé de « l'après-midi d'un faune » ...

Loïc : chaque poétique engage un langage. La qualité du travail vient aussi des mots, des nuances, des subtilités. On communique avec cela. L'élargissement est fondamental : nommer et renommer les choses. Le sens du réel a besoin des mots.

Je me sers des motifs de la mythologie plus que du récit.

Vaslav Nijinski part du poème de Mallarmé. Part du mythe du faune...pour chorégrapier « l'après-midi d'un faune » en 1912.

Audrey : je suis venue par envie d'être formée, sans attente particulière, je n'y connais rien en mythologie et voir comment relier cela à la danse. J'ai cherché sur le net et rien...comment on va faire cela ? J'ai dit à tous que j'allais danser avec les Dieux ! c'est vraiment appréciable de trouver

des collègues d'autres disciplines. J'ai trouvé plein de petits outils, en tant que professeur principal, qui sont applicables. Je repars « pleine et apaisée ». Ta qualité est très apaisante. Loïc : « *sont 1000 fois plus libres, ceux qui sortent d'eux- mêmes par la petite porte du bonheur* ». C'est mon rôle de pédagogue. Précision, dynamique et bienveillance.

Bénédicte : je suis arrivée avec un déficit de confiance en tant qu'enseignante en raison de la période traversée. J'ai eu plein d'étincelles durant la formation. Mettre en confiance, en tant que personne et enseignante est important. J'ai beaucoup apprécié la démarche, le rythme (temps de paroles, réflexion, pratique...) Sensation d'être dans une démarche artistique. Rentrer dans des consignes avec ouverture. Je sens que cela va m'être utile sans trop savoir dire en quoi, c'est trop tôt. C'est génial de vivre et de projeter dans l'avenir...advenir.

Loïc : tu entends une dramaturgie du cours, un rythme, des temps, engagement physique, interrompe, y retourner...enjeux pédagogiques : articuler le temps commun pour avoir l'espace de l'expérience. Faire plein de choses sans vraiment approfondir : je crée de la surface, du territoire et les liaisons sont à construire par vous. Je fais ceci moins souvent que vous les enseignants, j'ai une sorte de relation très désirante ...Retrouver de l'envie, du plaisir, qui nous remet au travail. Faire une chose le mieux possible est une aventure bouleversante qui épaissit le geste.

Magali : la démarche, l'expérience d'un précédent stage...si la danse ne pouvait plus s'enseigner je ne serais plus prof d'EPS. J'ai eu l'occasion de venir avec ma collègue de physique. J'ai eu l'expérience d'un travail collaboratif sur la mythologie ...trop narratif. Je réinvestirai le travail avec la ficelle. Tellement contente de revenir après deux ans de période difficile...plein d'idées...

Stéphanie : je suis arrivée pleine d'espoir. J'ai fait plein de formation en 20 ans, un peu désespérée par ce que cela apporte. Cette proposition de formation a réuni ici la danse et les textes...deux passions...je repars avec ma boîte à outil pleine, très riche, ressource (source des textes, de la danse). Le travail en petit groupe était idéal. Merci pour la prise de notes extérieures, les photos ... très confortable...super...

Patricia : déficit de formation interdisciplinaire depuis deux ans. Le regard de l'artiste est toujours différent. Corps nourri et moments forts de partage

Marie : l'approche avec un artiste est différente et agréable. Plus dans l'imaginaire, l'artistique est là tout le temps. Je suis venue pour me sentir plus compétente, avoir des outils, de l'inspiration. Il faut que tout cela murisse. Le travail sur les images j'ai déjà fait, ça fonctionne très bien. Prendre le temps de la qualité du mouvement. La ficelle, je réinvestirai. La prise de notes c'est vraiment super confortable. Le coussin est pour moi un peu « perché » et ne résonne pas...

Loïc : c'est dans la qualité qu'il y a l'essentiel. Le travail avec le coussin est très physique comme travail

Il y a beaucoup de subjectif sur le plan du ressenti et c'est cela qui est beau.

Ludivine : bouffée d'oxygène. Très contente de vivre ce moment. On vit différemment en regardant. La façon de parler de Loïc et la bienveillance valorisante...

Françoise : Ce fut deux journées vraiment riches à tout point de vue et l'engagement de chacun fut réel. La prise de notes par mes soins a pour but de vous dégager d'un aspect trop « chronophage » avec l'idée incessante de ne pas perdre le discours, les exercices ...au risque, surtout, de passer à côté de l'expérience physique et sensible de la formation.

COMPLÉMENTS

DES RÉFÉRENCES :

Héraclite d'Éphèse

(v. 540-v. 480 av. J.-C.)

Tout est à la fois le même et différent : le fleuve n'est pas le même parce que l'eau se renouvelle sans cesse. La réalité est faite de ce devenir perpétuel sans lequel tout se disloquerait et retournerait au néant. Le temps est comme « un enfant qui joue à pousser des pions », qui avance et recule tour à tour. L'homme ne voit qu'un aspect des choses sans saisir l'harmonie du tout, qui naît du mouvement, de la discorde et du conflit. Il voit identité là où il y a processus et métamorphose. La guerre (polemos) est ainsi le principe de toutes choses, ce qui fait être et qui maintient dans l'être. C'est ce qui conduira Hegel à affirmer qu'il n'y a pas une formule d'Héraclite qu'il ne reprenne à son compte.

Socrate

(v. 470-399 av. J.-C.)

Gravée sur le fronton du temple de Delphes, cette injonction n'incite pas à l'acceptation de ses limites, mais à la reconnaissance de ce qu'il y a de divin en soi. Il nous faut coïncider avec ce qu'il y a de meilleur en nous, à savoir notre âme ou notre raison, qui seule doit gouverner nos actes. C'est d'elle que l'homme détient son caractère divin, auquel il lui appartient de s'assimiler par la vertu d'une ascèse, comme le soulignera Plotin, un élève tardif de Platon, lui-même élève de Socrate : « Telle est la vie des dieux et des hommes divins et bienheureux ; s'affranchir des choses d'ici-bas, s'y déplaire, fuir seul vers le Seul » (Ennéades, VI, 9, 11). Et ce n'est qu'à la condition de se gouverner soi-même que l'on peut prétendre gouverner la cité...

DES CITATIONS:

“Ce que le public réclame, c'est l'image de la passion, non la passion elle-même.” De Roland Barthes

« La danse est le langage caché de l'âme. » Martha Graham

« Les danseurs sont les athlètes de Dieu. » Albert Einstein

« Je ne pourrais croire qu'en un Dieu qui saurait danser. » Wilhelm Nietzsche

Bibliographie et sitographie :

<https://oro.fr>

Références de sites sur la mythologie :

Hercule Mythologie grecque, mythes et légendes ...

<https://youtu.be/ELUfQQSUcEo>

Vidéos de Manon Brill pour revisiter les mythes (liens intéressants avec des tableaux, statues ...)

Consulter *C'est une autre histoire*

ex : *Héroïsme et Bromance - Achille, le relooking mythologique*

<https://youtu.be/AufD7TCMYGw>

Chaîne Nota bene : Hercule Mythologie grecque, mythes et légendes ...<https://youtu.be/ELUfQQSUcEo>

Liste de divinités grecques et romaines :

Grec	Romain	Fonction(s)	Parenté
Aphrodite	Vénus	Déesse de la Germination, de l'Amour, des Plaisirs, de la Beauté, et de la Séduction.	Fille de Zeus (dans l'Iliade), Ouranos (dans la Théogonie) et de Dioné (dans l'Iliade)
Apollon	Phébus	Dieu du Chant, de la Musique, de la Poésie, de la Lumière du Soleil, de la Guérison et de l'Avenir.	Frère jumeau d'Artémis.
Arès	Mars	Dieu de la Guerre.	Frère d'Athéna et d'Héphaïstos.
Artémis	Diane	Déesse de la Chasse et de la Lune.	Sœur jumelle d'Apollon.
Asclépios	Esculape	Dieu de la Médecine.	
Athéna	Minerve	Déesse de la stratégie guerrière, de la Sagesse, des Artisans, des Artistes et des Maîtres d'école.	Sœur d'Arès et d'Héphaïstos.
Borée	Aquilon	Personnification du Vent du nord.	
Charites	Grâces	Déesse de la Beauté.	Filles de Zeus.
Chloris	Flore	Déesse des Fleurs.	
Cronos	Saturne	Roi des Titans.	Père de Zeus, Hadès, Poséidon, Héra, Déméter et Hestia.
Déméter	Cérès	Déesse de la Nature, l'Agriculture et de la Fertilité.	Sœur de Zeus, de Poséidon, d'Hadès, d'Héra, et d'Hestia ; mère de Perséphone.
Dionysos	Bacchus	Dieu de la Vigne, des Fêtes, de la Musique et du Théâtre.	

Grec	Romain	Fonction(s)	Parenté
Ényo	Bellone	Déesse de la Guerre.	
Éole	Aeolus (en)	Dieu et maître des Vents et des Tempêtes.	
Éos	Aurore	Déesse de l'Aurore.	
Érinyes	Furies	Déesse de la Vengeance.	
Érèbe, Erebos	Erebus	Dieu et personnification des Ténèbres.	
Éris	Discorde	Déesse de la Discorde.	
Éros	Cupidon	Dieu de l'Amour.	
Euros	Vulturnus	Dieu du Vent d'est.	
Gaïa	Tellus, Terra	Déesse mère et de la Terre.	
Hadès	Pluton	Dieu des Enfers.	Frère de Zeus, Poséidon, Héra, Déméter et Hestia.
Harmonie		Déesse de l'harmonie et de la discorde.	Fille de Zeus et Électre ou bien d'Arès et d'Aphrodite
Hébé	Juventas	Déesse de la Jeunesse, de la Vitalité.	
Hécate		Déesse de la magie.	
Hélios	Sol	Dieu du Soleil.	

Grec	Romain	Fonction(s)	Parenté
Héra	Junon	Reine des dieux, déesse du Mariage et de la Naissance.	Sœur et femme de Zeus ; sœur de Poséidon, Hadès, Déméter et Hestia.
Héraclès	Hercule	Demi-dieu personnifiant la Force.	
Héphaïstos	Vulcain	Dieu des Forgerons et du Feu.	Fils d'Héra et de Zeus.
Hermès	Mercure	Dieu du Commerce, messenger des dieux et des voleurs.	
Hestia	Vesta	Déesse du Foyer.	Sœur de Zeus, de Poséidon, d'Hadès, de Déméter, et d'Héra.
Hygie	Salus	Déesse de la Santé.	
Hypnos	Somnus	Dieu du Sommeil.	
Ilithye	Lucine	Déesse de la Maternité.	Fille de Zeus et Héra.
Mnémosyne	Moneta	Déesse de la mémoire.	Fille d'Ouranos et de Gaïa ; mère des neuf muses ; conjointe de Zeus.
Moires	Parques	Déeses personnifiant le Destin.	
Muses	Camènes	Au nombre de neuf, elles se nomment Clio, Calliope, Euterpe, Thalie, Melpomène, Terpsichore, Érato, Uranie et Polymnie. Clio est la Muse de l'Histoire ; Calliope, la Poésie héroïque et l'Éloquence ; Euterpe, la Musique ; Thalie, la Comédie ; Melpomène, la Tragédie ; Terpsichore, la Danse ; Érato, la Poésie lyrique ; Uranie celle de l'Astronomie ; Polymnie, la Rhétorique.	Filles de Zeus.

Grec	Romain	Fonction(s)	Parenté
Némésis	Invidia	Déesse de la juste colère (des dieux) et du châtement céleste.	
Notos	Auster	Dieu du Vent du sud.	
Nyx	Nox	Déesse et personnification de la Nuit.	
Ouranos	Uranus	Dieu père et du Ciel.	
Pan	Faunus	Dieu de la Nature.	
Perséphone	Proserpine	Déesse des Plantations.	Fille de Déméter et de Zeus ; épouse d'Hadès.
Phobos		Dieu de la peur panique	frère de Déimos et fils d'Arès et d'Aphrodite
Poséidon	Neptune	Dieu des Mers et des Océans.	Frère de Zeus, d'Hadès, de Déméter, d'Héra, d'Hestia ; père des Cyclopes.
Rhéa	Cybèle , Ops	Titanide.	Épouse de Cronos ; mère de Zeus, Héra, Hestia, Hadès, Déméter et Poséidon.
Séléné	Luna	Déesse de la Lune.	Fille des fille des Titans Hypérion et Théia . Sœur de Hélios (Sol) et Éos (Aurore) .
Thanatos	Orcus , Mors , Letus	Dieu de la Mort.	Frère jumeau d'Hypnos.
Thémis	Justice	Déesse de la Justice.	
Zéphyr	Favonius	Personnification du Vent d'ouest.	
Zeus	Jupiter	Roi des dieux, dieu de la Foudre et du Ciel.	Marié à Héra ; frère de Poséidon, d'Hadès, de Déméter, d'Héra, d'Hestia, père de tous les dieux.

