

Stream a river,

Christine Quoiraud
Octobre 2019

Considérations sur le toucher dans le contexte de la danse thérapie au Japon¹, dans le contexte de la danse-contact² d'origine américaine et retour aux manipulations du Body Weather.³

Toucher, être touché-e-s, dans un sens métaphorique ; impact de l'image.

Part 1:

Comment se pose la considération du corps, culturellement, au Japon ? Comment s'y conceptualisent les notions « *mind and body* », en contraste avec les mêmes notions en Occident ?

1- Japon, le corps, le toucher; usage du toucher dans une séance.

Dans cet article, les auteurs explorent l'usage du toucher dans le contexte de la danse-thérapie et de la psychothérapie au Japon.

Au Japon « le toucher est naturel selon des règles sociales propres à cette culture ».

L'assomption est que le toucher stimule plusieurs réponses, à resituer dans ce contexte culturel. Comment fait-on l'usage du toucher dans un contexte de soins en psychothérapie et en danse thérapie ?

Définition de « toucher »⁴

Selon le Dictionnaire étymologique de Barnhart (1995) l'usage du terme « toucher » dans la culture occidentale européenne a évolué d'une première définition ayant trait seulement au corporel vers une définition incluant l'émotionnel. Toucher apparaît dans les textes anglais avant 1300, au sens de « choquer, cogner » et chez les français au sens de « caresser, effleurer, frapper, cogner ». En 1340 apparaît l'adjectif « touché » incluant le sens émotionnel. Vers 1990, le dictionnaire New Webster donne les définitions suivantes: « Percevoir, expérimenter et explorer la nature d'une chose en posant un doigt sur sa surface, en enfonçant la terminaison nerveuse logée sous la peau. Ainsi s'enregistre la présence et la nature de l'objet. Être ou s'approcher aussi près de l'objet au point d'effacer tout espace de séparation ». Dans cette définition, la description physique ouvre la voie pour une définition de la

1 d'après Yukari Sakiyama et Anna Koch, *American Journal of Dance Therapy*, vol 25, n°2, Fall/Winter in *Touch in Dance therapy in Japan* © American Dance Therapy association, 2003.

2 Katy Dymoke, « Contact improvisation, the non-eroticized touch in an art-sport », *Journal of dance and somatic practice*, 2014, vol 6 n° 2, Liverpool John Moores University, pp 205-218.

3 Dans le journal sans fin du 27 Janvier 1979, *Endless paper DRIVE ON*, Min Tanaka écrit : « Something » like a sensory thread must exist.(...) pour croire à ça il faut croire aux nombreux échanges sympathiques passant par la peau du danseur ET du spectateur. » (...) « la danse est fondamentalement destinée à ce type d'échanges et non pas à un échange au niveau des formes et des mouvements ».

Dans le cadre des *séries Drive*: « 50 représentations sont présentées dans tout le Japon par Min Tanaka et d'autres membres du Laboratoire de Météorologie du Corps ».

Hyper-danse ou Bu-tai, Bu parce que « pour lui danser est le produit simultané du passé et du présent.» Bu ou Mai traduisent « la vibration ou l'activité de l'âme qui se manifeste par le corps.» Tai évoque « la situation ou l'état du corps ou de la matière ». Bu-Tai, Danse-état, ainsi nomme-t-il sa danse entre 75-77 « sur la fonction de la peau du Corps ». En bref, « Min Tanaka danse l'héritage vertical de l'humanité (âme dansante) comme son attraction par l'horizontale (réalité dansante).»

4 Qu'en serait-il avec un dictionnaire des Inuits, des Somaliens, d'Egypte, ou de Patagonie ?

sensation. Ici la partie corporelle touchante est le doigt mais cela peut s'étendre à n'importe quelle partie du corps pouvant être à la fois réceptrice et initiatrice du toucher.

Montagu en 1977 et Field en 2001 définissent aussi l'action du toucher à travers la peau comme expérience émotionnelle. Une expérience physique et métaphorique stimulant l'émotion. L'action du toucher communique des informations de température, de dynamique du mouvement, des informations chimiques et électriques. Marsch en 1988 fait référence au phénomène de communication entre les personnes dans des contextes familiaux, professionnels et dans des échanges de hasard.

La relation *Mind-Body* dans la culture japonaise

On dit souvent que pour les Japonais les frontières corporelles sont fluides. Les japonais ont un usage du corps « franc et ouvert ». Ils ont « l'habitude de la proximité, du partage de l'espace. Ils sont pourtant perçus par les non-japonais comme un peuple retenant l'expressivité physique, dont il est difficile de capter tout signe de communication ».

Aimai l'ambiguïté est l'un des traits de cette culture selon Davies et Ikeno (2002). Pour eux l'ambiguïté est « l'état dans lequel il existe plusieurs sens, un sens obscur, indistinct, incertain ». Selon eux cela pourrait caractériser la culture japonaise.

En 1987, *Yusa* du point de vue de son héritage japonais introduisit le concept du « corps japonais » au monde occidental. Son exploration porta sur la relation « mind-body » dans divers endroits de l'Asie, focalisant son étude sur le « sens de la reconnaissance », prélevant dans les écrits de nombreux philosophes japonais portant sur le sens du toucher (Nishida 1965, Watsuji 1977). Il en ressortit que le toucher entre les personnes a à voir avec « l'intimité et est une forme de partage de l'espace ». Pour Watsuji les humains existent comme « êtres-dans-le-monde ». Il suggère que nous sommes « affectés par le climat dans nos vies ». Par « climat » il évoque la culture dans laquelle on vit, ce qu'on y mange, comment on y joue, comment s'y développe la pensée. « L'histoire humaine est incorporée dans son climat, qui à son tour, enveloppe l'espace vital partagé avec les autres. (...) Alors que les japonais partagent l'espace social, ils protègent l'espace personnel. Il est facile pour les japonais de partager l'espace social car les frontières personnelles sont maintenues.» Ce qui se vérifie dans les transports en commun bondés.⁵

Ichikawa en 1984 identifie le « *Mi* » concept du corps comme l'inter-relation corps-esprit, Mind-Body. Alors qu'en Occident nous avons la posture cartésienne de la séparation entre les deux. Ichikawa introduit le nouveau concept selon lequel le corps n'est pas limité à la peau mais « ouvert sur son environnement ». C'est *Mi*. *Mi* inclut aussi l'espace, le cosmos. *Mi* prend donc en compte une conscience étendue de l'espace. Une telle extension du corps amène à reconnaître que les limites corporelles « ne sont pas strictes mais fluides, s'étirant vers l'espace ».⁶

Pour aller plus loin, Kimura de son côté, en 1988, affirme que « la vie d'un individu signifie tenir compte de la vie des autres et de ce qui les entoure ». *Aida* veut dire « l'espace ou l'orientation vers le milieu⁷ ». « Quand *Aida* existe, deux objets séparés existent en relation l'un à l'autre ».

Dans la langue japonaise il y a divers idéogrammes pour exprimer ces nuances. *Ningen* est l'un des caractères pour exprimer ces relations. *Ningen* est composé de deux idéogrammes. L'un signifie « être

5 Note prélevée dans le métro en Août 2019: « *Gojo No Seishin* » japanese mindset where people try to see things from the point of view of others and accommodate one another... A pleasant environment on the train is achieved through « *Gojo No Seishin*. »

6 Notes du *Body Print*, cf annexe et fonds d'archives Christine Quoiraud, Médiathèque CND.

7 Ce qu'il y a « entre deux ».

humain » et l'autre « *Aida* ». Ainsi *Ningen* signifie non seulement « être humain et inclut les autres par nature, dans le même espace- temps ». Cela signifie que les humains existent dans l'espace social où les frontières sont maintenues tout en étant « aux autres et aux forces de la nature ». Pour les japonais le corps est non seulement une réalité physique mais aussi « un état élargi de l'esprit, du coeur et de la pensée » (Sakiyama 2000).

L'une des religions au Japon est le shintoïsme où plusieurs dieux sont adorés. Le Shinto « reconnaît de nombreuses dénominations côte-à-côte ». Dans le Shintoïsme il n'y a aucune notion de « bien » ou de « mal ». Body-Mind est une seule et même unité. Le corps « est sacré et connecté aux dieux ou aux sphères du sacré ».

Le toucher au Japon et dans le contexte social

Les japonais ont pour habitude de se toucher et être touchés en comparaison de maintes cultures où la religion l'interdit et où l'on canalise le toucher par des règles. L'américain T.H. Hall⁸ en 1966 remarqua qu'au Japon le toucher peut être « sensuel, utilitaire, cordial, dans de multiples aspects de la vie que ce soit dans les interactions entre les personnes ou dans l'interaction avec des objets d'art. »

« Les objets que les japonais produisent montrent une grande conscience des textures. Un bol doux au toucher dénote la qualité de l'artisan mais aussi celle de la personne qui va s'en servir et la sienne propre. (...). Pour tout un chacun, les moments les plus intimes de la vie sont associés avec les changements de texture de la peau. La peau résistante au toucher, la peau de l'excitation, du désir, le velouté après l'échange tendre sont des messages que l'on s'adresse les uns les autres ». Les enfants japonais sont constamment en contact, touchés, portés. Cela a pour effet des enfants « passifs, satisfaits, à l'opposé des enfants de certaines autres cultures, par exemple les américains caractérisés par un comportement actif, dans l'affirmation de soi ». Les enfants japonais ont un « sens d'appartenance à la famille, à la société ». Les bains au Japon, les *Onsen*⁹, sont partagés par les membres de la famille et par des inconnus. On s'y baigne ensemble dans le rythme des vagues et des remous de l'eau dans la sensation d'un corps collectif revigoré. Encore un espace collectif où les enfants apprennent à négocier l'espace personnel et à intégrer le corporel dans un contexte public. Traditionnellement dans les foyers chacun plonge dans la même eau du bain après s'être lavé abondamment, scrupuleusement, hors du bain. L'eau est « le médium du toucher ». On est dans « une continuité fluide de la relation entre personnes ».

Il n'est pas d'usage pour les couples de démontrer leur affection en public. Pour autant les marques d'affection ont lieu entre personnes de même famille, amis ou auprès des jeunes enfants. Pour Doi (1975) les relations mari-femme sont « *amae* »- *dépendance*, l'une des fondations de la société japonaise.

Toucher, art du soin

Le philosophe Nonmura (1985) évoque le *kyoushin*, qui signifie « une vibration mutuelle des sentiments humains dans un espace partagé ». Un médecin américain, Monsieur Remen interviewé par Meyers en 1979, affirme que « le toucher est un art du soin très ancien.(...) En tant que physicien j'ai

8 E.T. Hall *La dimension sacrée*, Essai Poche, ré édité en 2014.

9 Voir aussi le livre *Dans les eaux profondes le bain japonais* d' Akira Mizubayashi ed Arléa, *la Rencontre*, mars 2018.

appris que toucher est réservé au diagnostic et qu'un autre type de toucher même juste réconfortant peut prêter à confusion. Pourtant oui le toucher soigne. Toucher rassure et nourrit.»

Caplan en 2002 parle des occidentaux et américains comme étant des « *touch starved nations* »(...) ». Le toucher réduit le stress et l'anxiété et leurs manifestations bio-chimiques. Les effets du toucher sont considérables sur la croissance, les ondes du cerveau, la respiration, le rythme cardiaque et le système immunitaire. »¹⁰ Dans le monde thérapeutique au Japon, Haraguchi 1990 suggère que « pour maintenir une relation entre patient et thérapeute, (..) le toucher représente un échange positif entre les deux. » Pour lui, le toucher se pose non seulement comme un contact physique mais aussi comme un « toucher mental ». Le *Dohsa-Hou* de Naruse (1973) est considéré comme une façon de « relâcher la tension musculaire ». Watanabe (1977) recherche les effets de la musique sur ses patients.¹¹ Il soutient que « le rythme a des effets profonds sur le mouvement, lequel a des effets sur les émotions circulant dans tout le corps. »

Une séance de danse thérapie au Japon en 1995 se déroule en trois temps:

- échauffement par des étirements, par soi-même et avec partenaire ;
- puis mouvements en rythme et interaction par le jeu entre les personnes ;
- petite pause puis une dernière partie pour le mouvement dyatique introduisant le toucher, frotter, faire rouler, pousser, tirer, secouer.

La dernière partie de la séance est réservée aux échanges par la parole.¹²

Les objectifs d'une telle séance se définissent ainsi:

- Conscience du corps ou retour au *Mi* réunion mind-body comme une seule unité. Relaxation.
- Apprécier la communication ou expérimenter *Aida* là où les personnes existent en inter-relation les unes aux autres.
- Enfin on souhaite atteindre *Kyoushin*, la vibration mutuelle, «être humains ensemble dans un espace partagé »¹³

Part 2:

Le toucher dans les séances de Katy Dymoke¹⁴.

Katy Dymoke se définit comme « touch specialist » en tant que « praticienne et enseignante du *Contact-Improvisation*, du *Body Mind Centering*® et du *Dance Movement Psychotherapy* ». Elle a étudié le « toucher essentiel et ses compétences dans le mouvement¹⁵ » et elle a exploré et transmis ses connaissances dans une longue pratique avec un groupe de sourds-muets. Cela fut pour elle l'occasion de prendre la mesure des effets sur des personnes « privées de toucher », victimes «d'exclusion sociale.»

10 Voir aussi le livre du Pr. Kerstin Uvnas Moberg, *Oxytocine : l'hormone de l'amour*, édition le Souffle d'Or, 2015.

11 Voir aussi le travail de recherche de Milford Graves dans le film *Full Mantis*. Recherche où il interroge sur lui-même l'effet du rythme sur ses ondes cérébrales.

12 Ceci ressemble fort au déroulement d'une journée de travail dans un atelier « classique » du Body Weather.

13 Les auteurs japonais mentionnés sont référencés Dans *American Journal of Dance Therapy*, vol 25, N°2, Fall/Winter 2003 © American Dance Therapy association, *Touch in Dance therapy in Japan* par Yukari Sakiyama et Anna Koch, P. 94-95.

14 Avec son accord nous citons son travail, « *Contact improvisation, the non-eroticized touch in an 'art-sport* », Katy Dymoke, Liverpool John Moores University.

15 Dymoke (2000 : 83).

Ses mots-clés:

« Contact improvisation, toucher, réflexivité, inter-subjectivité, réciprocité, réceptivité »

Elle rencontre le « toucher, langage naturel » lors de ses premiers ateliers avec des aveugles, et des sourds-aveugles au Danemark dès 1988. Menant ses ateliers par le biais de la danse-contact. Rapidement le toucher y est devenu un art de l'attention.

« Pour quelqu'un qui est sourd et aveugle, le sens du toucher¹⁶ est le seul canal le connectant avec le monde extérieur. »¹⁷

Les ateliers donnent l'occasion d'évoluer « sur le sol et hors du sol », à prendre en compte les sensations dues aux échanges de poids entre les corps. « La tri- dimensionnalité de la danse procure un sens de soi, et la satisfaction d'être avec les autres et dans le monde »¹⁸ (...) « Les humains ont autant besoin du toucher que de l'eau » écrit-elle. « On peut être en manque de stimulation tactile. »¹⁹ Le toucher a lieu car il y a « un monde à toucher » et un « soi » qui touche, et le monde de « l'autre » et la personne qui est touchée, touche de ce fait. Ainsi on se touche réciproquement. « Fondamentalement, je vins à considérer que les mondes intérieur et extérieur se répondent dans les moments d'interaction par le toucher, de telle sorte que les deux en sont dessinés et simultanément ils dessinent, donnant forme à l'événement en train d'apparaître. » Dans son essai elle décrit une rencontre avec Steve Paxton et Anne Kilcoyne l'invitant à poursuivre le travail de la compagnie « *Touchdown* » pour des personnes non-voyantes²⁰. « Ce langage partagé est un mélange du toucher et de la stimulation tactile. »²¹ « Apprendre du et par le corps », continuent-ils²². « On bouge le focus de l'attention vers l'intérieur et vers le sens kinesthétique (...) Enseigner passe souvent par le toucher et apprendre est avant tout une affaire du corps (...) par l'écoute et par le corps actif, plutôt que par la pensée ». Pour Paxton «le corps est une partie de l'esprit» (Body is part of the mind).²³ Dans la *Danse-Contact* chaque danseur est à la fois « pro-actif et réactif ». On parle de « coopération et de réciprocité », de « mutualité de l'expérience. » Il en ressort dans le studio une ambiance « d'humilité et d'humanité ».

Il est désormais connu par de nombreuses documentations que le «toucher tout comme les autres sens peuvent être sur-stimulés, et peuvent provoquer de fortes et surprenantes réponses émotionnelles car le corps est porteur de mémoires, d'empreintes et d'expériences qui peuvent affleurer lors du toucher. »²⁴ Dans les années 60-70 il y eut dans le milieu de la danse contemporaine un déplacement du focus : du contact des corps vers les questions d'égalité des genres jusqu'aux questions des somatiques. Peu à peu

16 Ajout, note récente de Katy Dymoke (27-11-2019): « Goût, odorat et d'autres sens comme celui de la kinesthésie permettent aux personnes mal entendant et mal voyantes d'être en connexion avec le monde environnant. »

17 Consulter aussi le document sonore/Créadoc de Bastien Lambert *Micro contact*, diffusé en radio Jet FM, Radio Bartas, <http://soundcloud.com/user-669179318/micro-contact-1>

18 Dymoke (2000 : 85)

19 Dymoke (2000 : 84)

20 Documenté dans *Dance research: The journal of the society for dance*, research by Paxton and Kilcoyne: « Two bodies moving in constant physical contact » Paxton and Kilcoyne 1993:3) ; « a kind of Braille for the body », Paxton and Kilcoyne (1993 : 4)

21 Dymoke (2001 : 2 ; 72)

22 Paxton and Kilcoyne (1993 : 13-14)

23 Paxton and Dymoke 20; Le poète Nicolas Pesquès écrit: (...) « une pensée qui est dans tous les corps », dans le texte « La Combe d'Arc », 1995, ed. Faire Part, Passages d'encre 2003 « *Un temps* »

24 Schilder 1970, Smith et Al 1998, Damasio 1999, Johnson 2000, 2006, Hartley 2009, Cohen 2012.

on a vu apparaître la question du corps érotisé et les tabous qui semblent prédominer aujourd'hui sur la question du toucher dans les milieux américains et ailleurs en Occident. C'est pourquoi Simone Forti a donné l'intitulé « art-sport » et ainsi circonscrit l'équipe de travail comme étant une « art-team ». Dans les milieux du sport il est fréquent de se côtoyer dans la nudité des vestiaires.

Le *Contact Improvisation* ou *Danse-Contact* a à voir avec « l'aérobic, les réflexes, la sensibilité, la stimulation des os, des articulations et de la colonne vertébrale, avec le point d'appui du mouvement en rapport à la surface de contact et de la gravité. (...) Cela peut être parfois méditatif ou très actif. Le corps est utilisé avec « ses nerfs, ses organes, les sens, l'esprit, l'âme. »²⁵

Pour Jane Emersen, privée de la vue²⁶ depuis très longtemps, participante du *Touchdown Dance* workshops « la pratique a une signification métaphorique et symbolique ainsi qu'un objectif pragmatique, libérant des contraintes sociales et culturelles, permettant de re-situer sa pensée sur la base d'une perception du monde internalisée de façon subjective(...). Cela donne un sens nouveau au fait d'être dans le monde. (...). Cela ouvre l'expression non-verbale, mettant le corps à nu, le corps habituellement voilé par les tabous sociaux ancrés si profondément. »

« Donc, toucher serait une façon de « voir », serait un espace/lieu mutuel « un catalyseur permettant de déplacer les perceptions et les croyances ancrées ? »

Que serait alors « toucher »? Que serait la ou les définition(s) de « toucher » ? Dymoke fait référence à un échange avec Paxton qui mentionne un autre échange « réflexif » avec Lisa Nelson sur le même sujet.

Dymoke: « Alors, toucher, une forme majeure de perception/a-perception du monde extérieur par/depuis l'intérieur? »

Paxton mentionnant Nelson²⁷: « Lisa est arrivée à une formulation assez subtile dans laquelle le « par/depuis » est remis en question. Elle perçoit que sa conscience est issue de l'environnement, lequel lui-même modifie « le dedans voyant (percevant, qui perçoit) le dehors », ce qui donne la construction: le dehors voyant (percevant) lui-même via la membrane perméable des sens ; perméable, soit deux-chemins/trajets, in and out. ²⁸

Pourrait-on alors définir le toucher comme ce mouvement de passage dans les deux sens, du dedans vers le dehors, du dehors vers le dedans, ce double mouvement que permet la perméabilité caractéristique de la membrane des organes des sens ? Est-ce là une promesse de re-construction possible, un remue-ménage dans les perceptions et les certitudes si bien ancrées ? Dymoke fait référence au document filmé d'une performance dansée qui « illustre cet état de jeu (...) dans lequel s'incarne²⁹ l'état d'ouverture de la membrane, des perceptions et de la proprioception durant l'acte créatif ». La forme et le champ de la créativité sont définis par une conscience réflexive et certaines qualités.

« Energie, ouverture à re-diriger (changer de direction, ré-orienter), capacité de laisser surgir et de suspendre, tout ça sous-entend une présence-absence à/de soi-même. Il est possible que l'on fasse appel

25 Paxton 2010b, email.

26 En 1982, dans les ateliers Body Weather à Paris, nous avons un visiteur régulier non voyant « je viens voir l'atelier » disait-il. Il restait très attentif à chaque atelier.

27 (Paxton 2010 b)

28 « The inner viewing the outer world construct to: the outer world-viewing itself via the permeable (two-ways) membrane of the senses. »

29 Se met en chair !

aux neurones-miroirs quand faisant place aux stimuli des affects, ils mettent le feu aux poudres. On est sans doute alors au-delà de la perception, dans une sorte d'assimilation (...) approchant la liberté de se libérer du connu, du moment où la forme évolue, prend de l'amplitude, sans plus aucune règle (...). Il en résulte une lucidité, nourrie d'excitation, le sens d'une libération (...) quelque part entre immobilité et élan. Une sorte de prise d'indépendance vis-à-vis de l'art disons institutionnalisé et de la production de la définition du «soi» (...) avec, bien entendu, l'assurance que le corps est une masse de sédiments, d'expériences, de qualités, de forces.»³⁰

Avec Lisa Nelson, Dymoke s'accorde à dire « qu'en effet le « construal » ou la façon dont un individu comprend le monde est bien dû aux sens ouvrant le double canal de la perception de/vers l'autre et inversement, le soi dans l'optique de l'autre ». Dymoke ajoute que « tout cela est affecté et construit par qui nous sommes, par le « quoi/ce que » l'on est ». Elle s'appuie sur Depraz³¹. « Le modèle de l'introspection demande suspension, redirection et lâcher-prise, suspension flottante à travers/par les deux, jugement et vérité. La phase de redirection étant le moment où l'attention, la conscience prennent place ainsi que l'intuition immanente, le stade pré-verbal, l'endroit d'une connaissance essentielle plus profonde, ultime. »³²

Le toucher – terrain de la relation

Dans le cadre professionnel thérapeutique Dymoke travaille avec le « corps en esprit » des personnes. Le diagnostic en soi comporte le cadre de la règle, de la normalité. On peut déjà parler de « préjugé ». Il y aurait d'un côté le bon toucher et en vis-à-vis, le mauvais toucher. Ou, dans la structure-même du langage, les notions du « bien » et du « mal » nous enferment dans une bipolarité de l'échange dans les cours de danse aujourd'hui, en Occident.

Avec Dymoke, encore quelques pas de pensées, en appui de Cohen (2012)³³ :

Le « corps est un territoire de l'expérience », notion présente autant dans le Contact Impro que dans le Body Mind Centering « l'esprit (the mind) pourvoit la carte de l'expérience, pour le « soi », à la fois sujet et témoin de soi ». Dymoke ajoute: « si on affirme que le toucher est tout à la fois un moyen de faire passer de l'information et un moyen pour être en relation, (...) cela dessine en soi un champ d'expérimentation dans lequel deux personnes présument du processus d'accordage. »

30 Dymoke (2010).

31 Depraz N, Varela F.J., et Vermersch P. (2003) *On becoming aware; a pragmatics workers don't*. Ed P Greenland, Leeds, Jabado Publishers.

32 Dymoke (2010).

33 Stark and Nelson in Cohen 2012.

En conclusion – retour au Body Weather

Dans la pratique des étirements du Body Weather, pratiqués à deux, la réciprocité commence par le fait que l'un pratique sur l'autre une série d'étirements progressifs, coordonnés sur l'alignement et les connaissances à la fois anatomiques classiques, celles du yoga et du shiatsu. S'y ajoutent le champ de la relation, la part du non-dit et celle du souffle comme repère commun.

Le fait de changer de rôle entre les séries d'étirements, étirements et pressions, crée un cadre et une mesure. Ainsi, celui qui fut récepteur-trice (et non passif-ve) devient acteur-trice. Il a en lui le souvenir de ce qu'il vient de vivre, des informations clairement dirigées, livrées à sa propre interprétation, des messages plus ou moins inductifs ou inconscients de son-sa partenaire et ses propres interprétations.

En fait, les deux partenaires, à chaque mouvement de l'échange, celui de récepteur-trice et celui de l'actant-e, sont sujets et victimes de la propre mé-connaissance qu'ils ont d'eux-mêmes.

Le travail mené en commun et à chaque instant, consiste à se tenir aux aguets de ces messages d'inconnaissance de soi avant d'appréhender qui est l'autre. Il s'agit de se méfier de ce que l'on croit être. L'un des moyens (dans mes ateliers en tout cas) est de vouloir d'abord mettre de côté ce que l'on saurait ou croirait savoir.

Il n'y a rien à imposer à l'autre mais plutôt il est bon de s'imposer une discipline de l'observation, avec l'autre non seulement comme sujet, mais aussi comme témoin, comme miroir, comme plan vivant sur lequel se tracent tous gestes à son égard. Tout geste et toute intention.

Encore une fois, la réflexivité n'est pas un goal, un objectif, mais un fait.

Transformation- déplacement(s)

Il est question de libérer les contours que nous avons de la représentation que l'on a de soi-même, représentation de nos contours physiques et mentaux. A posteriori, après environ quarante années d'expérience, je maintiens l'idée que les étirements du « Body Weather Laboratory » forment un terrain de recherche pertinent à quiconque visant à se transformer. Se transformer ou vouloir ne plus se vivre dans le même sac d'habitudes.

Changer. Evoluer. S'assouplir. Se métamorphoser. S'agiliser. Se rendre disponible. S'ouvrir. S'abandonner à. Etre plus vivant. S'élasticiser.

A partir d'un « moi », au premier jour du rapport à l'autre, il est possible de défaire, de restaurer le terrain. D'une jachère qui serait ce que je suis devenu-e jusqu'à ce premier jour, il est possible de joncher la surface, la peau, ses couches souterraines, fascia, chair, muscles, structure osseuse, d'ouvertures d'espaces insoupçonnés.

Le système nerveux est l'allié avec lequel je converse tout au long de la pratique.

La pratique est le terrain où je-tu converse juste avant, pendant et juste après. Les filaments de l'expérience et de l'échange se prolongent dans le travail de la mémoire, mais aussi dans tous les questionnements que posent l'expérience et l'échange et aussi par le souvenir d'autres expériences. Une sédimentation propre à la vie, au vivant.

Mais la caractéristique du vivant-mammifère s'exprime aussi, en embryologie par exemple, dans les espaces créés par le mouvement, par le timing, la condensation, la suspension. Par l'affinité. Par le pressentiment des fonctions cellulaires.

Le futur, l'avenir est-il présent dans le passé, à l'origine et avant l'origine ?

C'est un déplacement de cet ordre que m'ont donné à lire l'expérience et la pratique des « manipulations du Body Weather » sur quelques décennies.

La sensation d'inconnaissance, que des forces majestueuses sont à l'œuvre et que notre condition de danseur-se a pour mission/fonction d'entrer dans ce courant-là.

Un courant où à la fois on sait au plus près des instants et où, cependant, on ignore tout de l'échelle impalpable mais pourtant active, immense, qui nous contient. Dimension que l'on peut sentir. Mais peut-être pas nommer.

Le faut-il ?

Je me souviens :

Deux personnes pratiquent. Un accord s'y trouve, entre les deux. Elles ne le savent pas nécessairement. Témoin extérieur, je le vois. Ils-elles le sauront aussi.

Ceci est commun aux pratiques tant dans le milieu Body Weather que dans le BMC©. Sans doute dans de nombreuses pratiques de danse ou dans les somatiques.

Comment ça se joue dans les étirements du Body Weather?

La question de la douleur

Deux personnes cherchent l'accord entre elles. L'accordage. Une douleur peut subvenir. Elle est redoutée en amont dans les tranchées de l'inconscient. Ou bien elle arrive par surprise.

Grâce à la présence et au contact, la personne «touchée» entre en elle-même.

Grâce à la posture d'attente, de mise en stand by de la personne qui touche.

Une limite est atteinte. Soit on entre en elle. Soit on esquivé. Tout dépend vraiment de l'énergie que l'on a pour affronter la peur. Tout dépend de l'accord entre les deux.

La personne au rôle actif a plusieurs trajets possibles:

- soit il-elle s'impose, appuie davantage ou plus longtemps.
- soit elle recule de quelques millimètres mais reste.
- soit elle allège sa présence.
- soit elle donne sa présence la plus discrète et fine possible.
- soit elle renonce et passe à l'étape suivante.

Alors la mise à l'épreuve de la douleur, de la peur, est remise à plus tard à une autre occasion ou à jamais.

La personne allongée, qui reçoit, a plusieurs trajets possibles:

- soit elle résiste et refuse.
- soit elle comprend le point de douleur et regagne de l'énergie en respirant ou en jetant un regard, au-delà de la sphère du binôme.
- soit elle lâche tout; laissant s'effondrer le carcan mental autour de la douleur.

- soit elle trouve par la détente reconquise un chemin détournant qui ramène au point en question.
- soit elle avance comme dans le boyau d'une grotte avec l'aide de la présence et du non-vouloir de sa-son partenaire.

Les deux font alliance en direction de la découverte, de ce qui arrive, de ce qui se laisse pressentir.

La présence de l'un permet à l'autre d'agir sur soi, de l'intérieur. Non par la pensée mais par la concentration. Par la capacité à tenir la concentration. Alors un chemin s'ouvre dans les réseaux du système nerveux. Apparaissent de nouvelles interactions bio-chimiques. Parfois une nouvelle perception de soi, un renouveau dans la façon de penser et de se penser.

Durant le travail, durant le contact corps à corps, mains à corps, celui qui touche perçoit dans son propre corps le voyage s'opérant dans le corps et dans l'esprit de sa-son partenaire. Si lui-même peut déplacer son effort de présence non par la pensée ou l'analyse mais par l'instinct ou l'intuition, il peut doser son contact de façon extrêmement subtile, en modifiant la qualité.

Toucher et ne pas toucher.

Toucher et s'arrêter de toucher.

Toucher et interrompre.

Toucher et alléger.

Toucher ferme et maintenir.

Choisir la durée juste. Le sentir. Le savoir, le négocier. Sans mots, de préférence.

Rester dans ce type de conversation et résister à toute interprétation.

C'est moins une question d'objectivité que de rigueur. Rigueur envers un cadre vers lequel on retourne en répétant les expérimentations une fois encore³⁴. Ainsi on dé-subjectivise en inter-agissant l'expérience et son interprétation. On objectivise l'entre-soi. Aussi j'affirme que « l'objectivité » et la « neutralité » ne sont pas des postulats ou des hypothèses posés à priori mais d'éventuels points de carrefour où la rencontre elle-même mène les deux partenaires. Le sujet est en retrait. L'objet est le vivant. Le sujet de la quête est la répétition. La répétition du même parcours. Dans ce parcours sont trouvées toutes les nuances du contact et de sa remise en question parce qu'on est deux.

La transformation n'est pas un but en soi mais par la pratique, elle prend forme, elle tient lieu, elle se manifeste. Je dirais que les manipulations du Body Weather n'ont d'autre but que celui de leur pratique. Voir ce qui s'y passe est déjà un chantier. Le Body Weather- météorologie du corps, n'est pas une allégorie, n'est pas une analogie ni une métaphore³⁵. Elle se jette dans la « ferveur »³⁶ de la pratique, de la chair. On s'y jette en soi. On s'y implique dans un jeu entier du corps-esprit, en lutte avec l'autre, donc avec soi, avec ce milieu environnant qu'est l'autre.

34 L'objectivité est un leurre dans le monde des relations. En particulier dans les zones de l'intime. Courir après, à mon avis, c'est franchement perdre son temps.

35 Toutes les rêveries qui ont encore lieu aujourd'hui sont à mes yeux des pas perdus pour tout le monde. On se sent proche des écrits des années 80 du Body Weather laboratory de Tokyo et de Tanaka Min. On ne peut pas dire « oui » à tout et n'importe quoi. Il y a beaucoup de malentendus. Et peut-être y suis-je pour quelque chose. Alors je préfère m'effacer. Effacer avec Tanaka Min, le Body Weather lui-même. Peut-être un autre dragon est en train de se prélasser en attente de son surgissement !

36 Mot phare de Monique Chevalerey, Rencontre autour des manipulations du BWL, Septembre 2018, Valcivière, Mu-Ressources. Cf documents Ressources de la recherche/transcriptions.

L'autre est ce qui n'est pas moi. Sans l'autre je ne peux trouver ce « moi ».³⁷
L'autre est aussi la pluie, le froid, le sec, le retard, l'épouvante.

37 Akira Mizubayashi, *Dans les eaux profondes- le bain japonais*, ed. Arléa, La rencontre, 2018, pp. 161-164 :

«Les Japonais vivent essentiellement dans les relations personnelles duelles, dans ce qu'il [Mori Arisama, inspiré de Tetsuro Watsuji] appelle *rappports binaires* relevant de la deuxième personne, excluant d'autres types de relations interpersonnelles, fondées sur le rapport à l'autre, sur l'altérité. La société japonaise apparaît donc comme une collection de rapports binaires privés, qui ont pour vocation de bloquer la possibilité de rencontrer l'autre (...).Ce que Mori entend par *rapport binaire* ou *combinaison binaire*, c'est le fait que le locuteur ne se trouve pas devant son interlocuteur en tant que JE face à TU; il assume plutôt le statut de TU face à un autre TU. Autrement dit il ne peut atteindre à la conscience de son propre moi qu'en se voyant comme le TOI vis-à-vis de son TOI qui est en face de lui.

(...) thèse selon laquelle la forme d'existence personnelle la plus caractéristique des Japonais n'est pas la solitude, mais une existence relationnelle à deux (*aidagaratekisonzai*) qui n'accepte de façon exclusive qu'une seule personne sous forme de TU et supprime du même coup le « moi » de chacun à l'intérieur de l'entre-deux formé par les deux personnes. (...)