

dans beaucoup entre la terre et le ciel et à partir de là il y aura peut-être une possibilité de s'élever dans l'espace.

Comment travailler avec cet ancrage dans les arts martiaux ?

Souvent on ignore la présence de cette force de gravité qui agit de façon constante. C'est comme une grande conscience du fait que cette une traversée et de l'accepter. Cette force de gravité descend à travers notre posture et vient à partir de là que surgissent une force de répulsion qui nous la ramène d'une action grave et engagée. À l'inverse, sans ancrage c'est comme glisser une voiture avec des pneus à roulettes. Cette relation au sol est donc fondamentale. Plus des pistes à explorer est celle du mouvement, d'est à dire qu'il ne que je dois arrêter de faire pour

me laisser traverser par cette force ? Après, si la relation entre force de gravité et force de répulsion est équilibrée, il y aura une sensation de légèreté et de disponibilité à l'action. Dans il ne s'agit pas forcément d'être étiré et grand comme un arbre, mais plutôt ancré et mobile tout à la fois.

En quoi la pratique des arts martiaux peut-elle servir les danseurs ?

La présence de la personne se voir un impact sur l'espace autour d'elle. Le dénivelé de l'espace peut se modifier et le corps peut changer de hauteur en fonction du besoin du moment. Quand on se trouve face à quelqu'un pour jouer la confrontation, on peut parfois sentir comment l'espace entre les protagonistes se déforme, mais représenté en trois plans. Comme si la personne bougeait, déformait l'espace

autour que juste dans l'espace. Ça inclut au même temps les notions d'absorption et de rayonnement. La capacité de générer des changements de matière corporelle qui sont se manifestent dans l'espace est aussi importante que le fait de pouvoir se parer et de s'affaiblir. Un des aspects d'une pratique martiale pour un danseur serait précisément l'exploration de la manière dont se qualité corporelle et ses actions de corps se peuvent se modifier, déformer et être livrés. ■

Prochain stage « Questionnement et libération », le 17 juin sur le thème « Les armes et la danse ».

Plus d'informations :
www.arts-chorégraphiques.net
www.artschorographiques.com