

## RÉSUMÉ DU PROJET

« Les diagonales dans l'approche Laban/Bartenieff : l'être en mouvement », par Angela Loureiro, en collaboration avec Jacqueline Challet-Haas

### I – Réflexions initiales

Le terme « diagonale » est souvent présent dans le vocabulaire de toute personne engagée dans des pratiques de danse, en référence à l'espace du studio et de la scène, ou à un trajet corporel. Néanmoins, la diagonale est également un thème de mouvement, dont le rôle majeur dans le processus d'amplification du potentiel de mouvement de chacun a été l'objet d'études approfondies par l'approche du mouvement Laban/Bartenieff.

Les diagonales sont au cœur de notre expérience de mouvement. Elles s'ancrent à la fois dans la mise en place progressive des structures qui jalonnent le développement de la mobilité et de la plasticité corporelles, et dans l'ébauche précoce des directions spatiales de base qui s'articulent peu à peu pour permettre l'accès au volume et à la tridimensionnalité du corps. Rudolf Laban et Irmgard Bartenieff, ainsi que d'autres artistes et praticiens, ont proposé des séquences de mouvements pour soutenir l'exploration des diagonales. Sans chercher à les transformer en méthode, cette recherche se propose de les répertorier et d'en ajouter d'autres, de dégager les lignes maîtresses, les connexions, les logiques et les déploiements, avec l'accompagnement de la notation Laban.

Le choix de ce thème de travail, présent depuis de nombreuses années dans la pratique pédagogique, artistique et théorique des auteurs, s'est imposé après l'étude sur les « fondamentaux » de Bartenieff et leur notation<sup>1</sup>. Cette étude a consacré une partie importante aux diagonales et son rôle dans la structuration du corps mobile et en trois dimensions. Nourrie de l'apport novateur de Rudolf Laban sur le « corps spatialisé », Irmgard Bartenieff propose une perspective également novatrice ancrée dans sa connaissance des structures corporelles mises en marche quand la personne bouge.

Les deux sources d'étude des diagonales sont ainsi les « fondamentaux de Bartenieff et la choréutique de Laban. Les diagonales y apparaissent comme le résultat d'un long cheminement, ancré dans l'histoire motrice de chacun : d'une part, l'intégration du schème de mouvement controlatéral, qui nécessite l'expérience préalable des autres schèmes d'organisation du corps (centre et périphérie, tête et coccyx, haut et bas du corps, côtés droit et gauche) ; d'autre part,

---

<sup>1</sup> Cette recherche a résulté dans la publication du livre *Exercices fondamentaux de Bartenieff – une approche par la notation Laban*, de Angela Loureiro et Jacqueline Challet-Haas, Ressouvenances, Collection Pas à Pas, 2008.

# CN D

## AIDE À LA RECHERCHE ET AU PATRIMOINE EN DANSE 2014

l'intégration des diagonales dans la figure géométrique du cube, qui nécessite l'expérience préalable des directions de base (verticale, sagittale, horizontale) et des plans de l'espace (vertical, sagittal, horizontal). Souvent les fondamentaux et la choreutique sont abordés séparément, mais la question de leurs relations transversales se pose : puisque ces deux domaines se vouent à l'étude des structures de base du mouvement humain et à leur capacité de soutenir chaque personne dans sa recherche de mobilité, est-il possible de mettre en continuité leurs propositions pour que l'une soutienne l'autre, offrant ainsi à celui qui bouge davantage de voies d'accès aux diagonales, et ainsi au corps plastique en volume ?

Cette recherche s'est appuyée sur les exercices et les séquences de mouvement transmises à Angela Loureiro par Peggy Hackney et Regina Miranda, toutes les deux formées par Irmgard Bartenieff, et celles qui résultent de sa pratique en tant qu'interprète et pédagogue ; sur l'expérience et la connaissance de Jacqueline Challet-Haas dans le domaine de la pédagogie de la danse et la cinématographie ; et sur la bibliographie spécialisée. La particularité de la méthodologie résulte de la double compétence en cinématographie et en analyse Laban/Bartenieff de la part des auteurs : une séquence de mouvement est proposée au notateur ; la partition résultante de ce premier contact est examinée et ensuite ajustée, ce qui produit une évolution de l'exercice et de la notation. Le travail d'écriture verbale se fait en lien avec ce processus, en fonction des questions soulevées et des enjeux qui s'éclaircissent au fur et à mesure que les séquences de mouvement sont clarifiées, notées et discutées. Cette méthodologie s'est forgée au cours de notre précédente collaboration et s'est avérée très cohérente avec la matière mouvante de notre travail.

### II - Les diagonales et la spatialisation du corps : séquences de base et développements

Trois séquences de mouvement se sont révélées comme étant celles qui créent les conditions pour que les autres se construisent, qui fournissent les éléments qui permettent de créer des séquences plus élaborées. Pour cette raison, elles ont été nommées « séquences de base ». La première est « se rassembler et se déployer » ; la deuxième « engagement des genoux et d'un bras dans une forme torsadée » ; la troisième « la gamme diagonale ». Chaque séquence de base nomme les parties constitutives du projet. En plus de la séquence elle-même, ses parties incluent l'étude et la notation de chacun de ses développements.

#### Première séquence de base : se rassembler et se déployer

Par le mouvement « se rassembler et se déployer », si caractéristique du vivant, la connexion entre le centre et la périphérie du corps est mise en œuvre. Cette connexion est fondamentale pour accéder au profond changement de forme du corps engagé dans les mouvements

# CN D

## AIDE À LA RECHERCHE ET AU PATRIMOINE EN DANSE 2014

en diagonales et en trois dimensions.

La forme initiale de cette séquence est en rapport avec l'organisation symétrique et radiale de l'étoile de mer, rapprochement qui accentue l'interdépendance du centre et de la périphérie par le rôle que chacune de ces structures exerce dans le maintien de la vie de cet animal. Cette forme en étoile anime les connexions entre les six extrémités (la tête, le coccyx, les deux mains et les deux pieds) et la région centrale du corps : la main droite se relie au pied gauche, la main gauche au pied droit, la tête au coccyx. Ces connexions sont comme des voies radiales en boucle, jalonnées par les zones distales, par les articulations médianes (coudes et genoux), par les articulations proximales (coxo-fémorales et scapulo-humérales) et par la zone centrale du corps, véritable carrefour vibratile situé autour de l'ombilic et de la troisième vertèbre lombaire. Ressemblant à un trèfle à six feuilles, cette trame est animée par un flux et un reflux constant qui rend ces voies disponibles au mouvement et dont les boucles équilibrent et donnent une importance égale à la zone centrale et aux zones périphériques du corps, tout en renforçant leur interdépendance.

La mise en séquence des mouvements « se rassembler et se déployer » change la forme du corps de manière graduelle et successive : de la forme initiale déployée, la personne arrive à une forme rassemblée et en appui sur le côté du corps, pour ensuite se déployer à nouveau. Ce changement de forme s'accorde au processus respiratoire et les subtiles transformations du volume du corps qui découlent du phrasé en trois temps créée par l'inspiration, l'expiration et le temps intermédiaire. Pendant la séquence les mouvements d'enroulement et de déroulement peuvent progresser parce que le passage entre les parties du corps ne rencontre pas d'entrave. Il s'agit d'installer et de nourrir la différenciation des parties du corps et la disponibilité articulaire: si le bassin est vécu comme un bloc, si le torse se fige, si les articulations se verrouillent, si la colonne perd sa mobilité, enfin si la totalité du corps perd sa plasticité, le changement de la forme du corps est peu envisageable. Ces trois aspects – le phrasé respiratoire en lien avec les changements de volume du corps, la différenciation des parties du corps et la disponibilité articulaire – rendent possible une « trans-formation » corporelle qui se fait à partir du flux qui l'anime et non par l'imposition d'une forme figée.

Cet exercice se déroule au sol, et la qualité de la relation entre la personne, le sol et la gravité doit être soulignée : pouvoir se poser et lâcher le poids sans perdre les connexions et une des conditions de la prise d'appui si fondamentale dans le processus de verticalisation de l'être humain. Rouler sur le côté et se déployer sans créer des états de mises en tension du corps favorise le passage sans heurt à la position debout, avec des transitions qui ne sont pas abruptes mais graduelles et proportionnelles. Ce passage sera l'objet d'autres exercices.

La séquence « se rassembler et se déployer », du fait qu'elle se base sur la relation entre le centre et la périphérie du corps et que cette relation se nourrit du changement de volume et de

# CN D

## AIDE À LA RECHERCHE ET AU PATRIMOINE EN DANSE 2014

forme, crée une première spatialité corporelle : voies de connexion, zones de convergence, tridimensionnalité, délimitation. Elle se révèle ainsi fondamentale pour le développement d'une autre spatialité, dénommée kinésphère : il s'agit de notre espace individuel, à la fois origine et résultat de notre mouvement. Cette spatialité est plus complexe et plus dynamique, parce que les structures qui l'animent sont multiples, qu'elles sont en résonance avec les stimuli internes et externes, que ses limites sont davantage une interface d'échange avec le monde. Une des premières caractéristiques de la kinésphère est sa plasticité, sa capacité à diminuer et à augmenter de taille, par le rapprochement ou l'éloignement du bassin et de la tête, des extrémités et du centre du corps. C'est exactement ce schème de mouvement que la séquence « se rassembler et se déployer » offre comme piste d'entraînement.

Cette séquence se justifie en tant que base parce qu'elle fonde plusieurs réalités spatio-corporelles : sa forme et son processus de transformation, le flux qui l'anime, l'équilibration entre le centre et la périphérie du corps, la différenciation des parties du corps par et pour le changement graduel de forme, la disponibilité articulaire qui permet l'écoulement du mouvement, la spatialisation du corps, le rapport avec le sol et la gravité.

À partir de cette base, d'autres connexions spatio-corporelles sont mises en jeu et soutiennent des mouvements qui exigent plasticité et adaptabilité du corps en entier, ainsi que l'incorporation des lignes de force du corps qui soutiennent la mobilité.

La recherche de la connexité, conçue comme la capacité à faire circuler et transmettre le mouvement par tout le corps, est profondément liée à l'expérimentation des schèmes d'organisation du corps. Ces schèmes correspondent à des étapes de notre développement neuromusculaire dans les premières années de la vie, étapes qui se chevauchent et se soutiennent mutuellement pour complexifier le mouvement vital pour chaque être humain. Ils sont nommés centre-périphérie, tête-coccyx, haut-bas du corps (homologue), côtes droit et gauche du corps (homolatéral), quadrants opposés du corps (controlatéral). L'expérience en mouvement de ces schèmes est en profonde relation avec l'incorporation des trois plans de l'espace (horizontal, vertical, sagittal).

La structuration et la mobilisation du corps en trois dimensions nécessitent l'intégration de ces schèmes de connexion et de ce que chacun apporte au niveau spatio-corporel. Les « fondamentaux de Bartenieff » insistent sur l'importance de la tridimensionnalité pour que chacun puisse jouir d'une mobilité plus ample et variée, plus adaptable et nuancée. Les séquences qui se développent à partir de la séquence de base installent progressivement cette mobilité. La personne commence à expérimenter les torsions, les appuis changent par l'expérience du retournement qui précède la marche, on quitte le sol et on y revient. Après la régularité et la symétrie de la séquence « se rassembler et se déployer », il s'agit maintenant de mettre en relation les forces de

# CN D

## AIDE À LA RECHERCHE ET AU PATRIMOINE EN DANSE 2014

stabilisation et de mobilisation du corps sans lesquelles il n'y a pas de déplacement. Ces forces, ou tensions spatiales, produisent des formes changeantes et des chemins spatio-corporelles empreints de polarité. Les diagonales commencent à être la force mobilisatrice du corps.

Ces séquences ont été rassemblées et différenciées en fonction du chemin pris par le mouvement : passe-t-il par le centre du corps, où privilégie-t-il les tracés périphériques ? Le trajet choisi, qui sera davantage rayonnant ou circulaire, aura des conséquences sur tout le développement et la mobilité de la séquence. Il s'agit maintenant de cheminer vers la complexité des torsions ascendantes et descendantes qui caractérisent les diagonales, vers la multiplicité des tracés et d'initiations corporelles, vers la construction des appuis nécessaires au déplacement, à l'envol et à la chute.

La partie qui concerne la connexion diagonale par des transitions centrales détaille neuf séquences : la spirale par le haut du corps ; la spirale par le bas du corps ; le balancement par les diagonales ; le retournement par les diagonales avec initiation et retour par le haut du corps ; le retournement par les diagonales avec initiation et retour par le bas du corps ; le retournement par les diagonales avec l'alternance entre le haut et le bas du corps ; les retournements enchaînés ; se retourner et s'asseoir ; s'asseoir par la diagonale.

La partie qui concerne la connexion diagonale par des transitions périphériques détaille deux séquences : le cercle de bras qui amène à la position assise ; le cercle de bras qui amène à la position à quatre pattes.

### **Deuxième séquence de base : la connexion diagonale par la séquence « engagement des genoux et d'un bras dans une forme torsadée »**

Comme dans la séquence de base précédente, la deuxième séquence de base met en jeu la totalité du corps, sa plasticité et ses connexions. Mais elle propose un autre équilibre entre le haut et le bas du corps, dans lequel les connexions du bas du corps et son rapport avec le sol se développent pour faciliter la grande mobilité du haut du corps et le déplacement dans l'espace environnant.

Dès la position de départ, la symétrie formelle entre le haut et le bas du corps de la première séquence de base n'est plus présente : la personne est allongée sur le dos, les bras sont écartés du tronc et alignés aux épaules, les paumes des mains sont sur le sol, les jambes sont fléchies et les pieds sont en appui. Par la combinaison des alignements spatiaux, des connexions corporelles et des appuis, la position de départ porte en elle l'enjeu majeur de cette séquence de base : la tridimensionnalité du corps en mouvement, dans l'envol et dans la chute.

Quand le mouvement s'initie, la forme globale du corps se torsade et crée une nouvelle relation entre haut et bas, entre côtés droit et gauche du corps. Des connexions spatio-corporelles

# CN D

## AIDE À LA RECHERCHE ET AU PATRIMOINE EN DANSE 2014

complexes et des appuis non-symétriques s'installent, le corps s'engage directement dans l'exploration de la connexion diagonale. Pour cela, il est fondamental d'œuvrer pour que la connectivité du corps soit effective et pour que la transmission du mouvement ne rencontre pas d'entrave : mobilité de la ceinture scapulaire, amplitude de mouvement des bras et jambes, connexion pieds/bassin/tête, disponibilité de la colonne de la tête au coccyx, différenciation des composantes du bassin, relation entre main et regard qui mobilise la tête. La région centrale du corps joue un rôle capital de connexion et de transmission du mouvement par l'interaction diaphragme/psoas/carré des lombes, ainsi que leur subtile relation avec les abdominaux.

Irmgard Bartenieff attribue une grande importance aux interactions entre les groupes musculaires qui entrent en jeu dans les mouvements du haut et du bas du corps. Elle parle de « rythmes scapulo-huméral et pelvien-fémoral », formulation qui installe une musicalité et un phrasé dans la mobilisation des différents muscles et dans leur engagement dans le mouvement.

La connexion diagonale par l'inclinaison des genoux génère plusieurs autres séquences, qui se complexifient jusqu'à arriver à l'alternance entre saut et chute. Son rythme installe tout le corps dans une torsion préparatoire au changement d'appui et à la construction des supports corporels qui soutiennent le déplacement controlatéral.

Les séquences qui ont comme origine la séquence de base « engagement des genoux et d'un bras dans une forme torsadée » ont été rassemblées et différenciées en fonction du chemin pris par le mouvement : passe-t-il par le centre du corps, où privilégie-t-il les tracés périphériques ? Le trajet choisi, qui sera davantage rayonnant ou circulaire, aura des conséquences sur tout le développement et la mobilité de la séquence.

La partie qui étudie le développement de la forme torsadée au sol au changement de niveau par des transitions périphériques détaille trois séquences : les cercles de bras ; le cercle de bras qui amène à la position assise ; le cercle de bras qui amène à la position à quatre pattes. La partie qui étudie le développement de la forme torsadée au sol jusqu'au saut par des transitions centrales étudie cinq séquences : l'engagement du buste ; s'asseoir ; s'agenouiller ; se lever ; sauter.

### Troisième séquence de base : la gamme diagonale

Les deux séquences de base précédentes, issues des propositions de Irmgard Bartenieff et de ses fondamentaux, situent les diagonales et la controlatéralité sur le chemin de la verticalisation pour la marche. Les connexions corporelles se créent et se confirment d'abord au sol ; ensuite les appuis du corps au sol se complexifient pour permettre les changements de niveaux et la conquête de la position debout. Le corps se « spatialise » d'abord par le schème symétrique qui relie le centre du corps à sa périphérie, créant les conditions pour que d'autres schèmes de spatiation corporelles se mettent en place et installent les formes torsadées structurées par les diagonales.

# CN D

## AIDE À LA RECHERCHE ET AU PATRIMOINE EN DANSE 2014

La troisième séquence de base est issue de la recherche de Rudolf Laban sur la relation entre la structure plastique du corps et les structures tensiles de l'espace (concrétisées dans les polyèdres), recherche nommée choreutique. Ce corpus de pratiques et de réflexions, dont le début date des années 1920, précède dans le temps les propositions de Irmgard Bartenieff, développées après les années 1940 en totale continuité avec celles de Rudolf Laban. La perspective chronologique n'est pas celle adoptée pour mettre les séquences de base en lien. C'est la perspective du processus de verticalisation qui est privilégiée dans la présente étude et qui justifie le choix de placer la séquence de la gamme diagonale comme troisième séquence de base : elle s'effectue en position debout. Elle se construit et se complexifie tout en gardant l'appui sur les deux pieds, les changements de niveau qui la caractérisent se font sans que d'autres parties du corps s'appuient au sol.

À partir de la position debout, la séquence se déroule avec une référence spatiale constante au centre du corps, celui-ci garde son orientation pendant que des torsions ascendantes et descendantes se succèdent. Il n'y a pas de tour, qui engendre un changement d'orientation, mais des mouvements des quadrants du corps dans et vers les diagonales en préservant l'orientation d'origine. L'enjeu corporel est majeur : différenciation et connexion des parties du corps, disponibilité articulaire, mobilité du torse, mise en action des schèmes d'organisation du corps.

Cet enjeu corporel contient en lui même le lien avec les trois dimensions de l'espace (horizontal, vertical, sagittal), puisque tout mouvement est en même temps corporel et spatial. De la région centrale du corps rayonnent les multiples directions visibles par le mouvement, dont les complexes directions diagonales. Le corps de l'interprète est transformé et traversé par ces directions, qui le situent dans la tridimensionnalité à la fois spatiale et corporelle. Les quatre diagonales se croisent en même temps au centre du corps et au centre d'un volume en trois dimensions, le cube. Si on peut le concevoir en tant que figure abstraite, indépendante de la matérialité du corps, le cube peut aussi être à la fois résultat et support du mouvement humain. Sa structure avec des surfaces, des arêtes et des sommets, des lignes de force et un centre, inspire le corps qui par sa mobilité le recrée et le réinvente. La référence à ce polyèdre est ainsi constitutive de la troisième séquence de base.

En situant l'interprète dans un volume cubique, il se laisse traverser par les tensions spatiales en diagonale qui le font expérimenter les torsions ascendantes et descendantes si exigeantes corporellement. Le cube est un polyèdre à six faces, douze arêtes et huit sommets. Ses diagonales passent par deux sommets non-consécutifs et en opposition qui s'interceptent en un unique point, le centre du cube. Puisque l'interprète se situe à l'intérieur du cube, il y a correspondance entre le centre du corps et celui du cube.

# CN D

## AIDE À LA RECHERCHE ET AU PATRIMOINE EN DANSE 2014

Les diagonales, qui ont besoin de l'intégration des dimensions et des plans de l'espace pour ce former, multiplient les directions qui rayonnent à partir d'un centre. En étudiant chaque diagonale du cube, on peut remarquer que trois mots sont toujours nécessaires pour définir chaque segment qui la compose. Par exemple, une diagonale relie le sommet en avant/en haut/à droite au sommet en arrière-en bas/à gauche. En conséquence, cette tension spatiale diagonale est formée par la combinaison à égale proportion des caractéristiques de chacune de ses directions.

Le cube et les diagonales font partie des structures de soutien et de référence de notre espace individuel, la kinésphère. Pour les explorer et pour permettre à chacun d'investir ses multiples directions et ainsi acquérir une grande plasticité corporelle, Rudolf Laban a proposé des gammes de mouvement. Les gammes sont des séquences cycliques qui explorent des tensions spatiales dans un certain ordre et selon une certaine logique, produisant des tracés dans l'espace qui ressemblent à une calligraphie en trois dimensions. La forme du corps change en permanence pour créer ces tracés.

La gamme diagonale propose des mouvements qui nous entraînent à monter et à descendre, à aller vers l'avant ou vers l'arrière, vers un côté ou vers l'autre côté, en même temps et dans une grande mobilité. À partir du centre du corps, les quatre diagonales et ses huit segments sont rendus visibles par le mouvement. La gamme met les diagonales en séquence, l'interprète crée une diagonale après l'autre. Cette mise en séquence crée des rythmes, basés sur : l'envol et la chute ; le sens dans lequel les diagonales se succèdent ; l'alternance entre le mouvement d'ouvrir et de croiser ; l'alternance des niveaux et des zones de la kinésphère ; l'aller et le retour.

La présente étude sur la gamme diagonale la détaille d'abord en tant que séquence de base corps/espace. Les lignes de tensions corporelles et spatiales sont considérées comme la base à partir de laquelle la gamme devient de plus en plus complexe, pour devenir un modèle d'entraînement corporel qui met en reliance les alternances dynamiques (l'Effort), les changements de forme, les structures spatiales et corporelles. Cela est rendu possible par le rapport d'affinité qui peut exister entre une direction, une dynamique et une forme. Par exemple, le segment de la diagonale en avant/en haut/à droite sera accompagnée par une forme du corps au même temps convexe, allongée et ouverte, et par une combinaison dynamique au même temps légère, flexible et soutenue (facteurs du mouvement Poids, Espace et Temps) ; le segment de la diagonale en arrière/en bas/à gauche sera accompagnée par une forme du corps au même temps concave, rapetissée et croisée, et par une combinaison dynamique au même temps forte, directe et soudaine (facteurs du mouvement Poids, Espace et Temps). Ces deux segments se suivent dans la gamme, invitant l'interprète à explorer ces contrastes.

# CN D

## AIDE À LA RECHERCHE ET AU PATRIMOINE EN DANSE 2014

La partie qui étudie la gamme diagonale et ses affinités détaille l'incorporation des changements de forme du corps (Corps/Espace/Forme) et les alternances dynamiques (Corps/Espace/Forme/Effort). La partie qui étudie la gamme diagonale centrale et périphérique, proposition de Irmgard Bartenieff, détaille deux possibilités d'interprétation, avec et sans déplacement.

### Relier les séquences de base

Cette partie propose des séquences de mouvement qui relient les bases librement. L'approche du mouvement Laban/Bartenieff insiste sur l'apport personnel des praticiens et sur le processus qui permet de créer des phrases et des phrasés. Quatre exemples sont proposés : séquences de base 1 et 2 ; séquences de base 1 et 3 ; séquences de base 2 et 3 ; séquences de base 1, 2 et 3.

### III- Réflexions finales

La recherche sur les diagonales a été facilitée par un dialogue unique entre la cinétopographie et l'approche du mouvement Laban/Bartenieff. Il n'y a pas eu au départ un ensemble constitué de séquences à noter et d'autre part une notation prête à tout répertorier, mais plutôt un constant « affinage » des propositions, une mise en question des choix réalisées, un régulier faire et refaire qui nous a conduits à approfondir nos propos.

Très souvent nous avons pu constater les enjeux expressifs, spatiales et corporels des diagonales. Indépendamment du niveau technique des danseurs amateurs ou professionnels, tous se rejoignent autour des questions concernant les connexions entre les quadrants opposés du corps, les torsions ascendantes et descendantes, la réalité corporelle des tensions spatiales, la différence entre l'orientation dans un lieu et les directions qui jaillissent du centre du corps pour y revenir, etc. Les séquences basées sur les diagonales proposent des réponses, en soutenant de manière singulière la plasticité et la structuration du corps en trois dimensions.

Si cette recherche s'est concentrée sur l'explicitation de séquences de mouvement qui peuvent nourrir une pratique pédagogique, elle n'exclut pas la chorégraphie et l'apport des diagonales à la création. Il est alors toujours question du corps de l'interprète, mais aussi de l'imaginaire qu'il soutient.

Décembre 2015.