

# CND LE BODY WEATHER, PRATIQUE CONTEMPORAINE : UN LABORATOIRE DU TOUCHER

Christine Quoiraud, Alix de Morant,  
Marina Pirot, Monique Hunt

Aide à la recherche et au patrimoine  
en danse 2018 – synthèse déc. 2019

# Résumé du projet

« Le Body Weather, pratique contemporaine : un laboratoire du toucher »,  
par Christine Quoiraud, Alix de Morant,  
Marina Pirot et Monique Hunt  
[Recherche appliquée]

## **Synthèse chronologique des différentes étapes**

Ce projet, qui a pour objectif la valorisation des archives déposées par la chorégraphe Christine Quoiraud au Centre national de la danse, se propose de réinterroger le processus d'entraînement du Body Weather initié par Tanaka Min dans le Japon des années 1980. À la fois pratique et philosophie, le Body Weather se fonde sur une approche proprioceptive en interaction avec l'environnement. La recherche menée par Christine Quoiraud, Alix de Morant, Moni Hunt et Marina Pirot part des fondamentaux pour questionner la contemporanéité des outils du Body Weather au prisme du Body-Mind Centering® et de la méthode Feldenkrais® et recontextualise la notion de « météorologie du corps » au regard de la transition écologique. Croisant mémoire des danseurs et documents de la collection du CN D, le projet a pour ambition de constituer un nouvel ensemble documentaire sur le Body Weather.

## **Calendrier de la recherche**

### **2017**

6 > 10 novembre – CN D, Pantin : stage, exposition d'archives et table ronde.

### **2018**

18 > 24 juin – École des beaux-arts de Nantes et maraîchers des Couëts : « Toucher un paysage travaillé », atelier de Body Weather.

10 > 16 septembre – Re-source(s), Valcivières : dixième rencontre autour des « manipulations ».

8 > 11 octobre – Chisenhale Dance Space, London : Body Weather workshop.

15 > 16 octobre – CN D, Pantin : BOB for all.

12 > 17 novembre – La Chambre d'eau, Le Favril : résidence d'écriture.

29 novembre > 2 décembre – Le Garage, Réservoir Danse, Rennes : stage de Body Weather croisé avec la pratique Feldenkrais.

### **2019**

18 > 25 janvier – Pa-f, Saint-Erme : résidence de recherche.

30 mars > 5 avril – La Chambre d'eau, Le Favril : résidence et stage de Body Weather, laboratoire du toucher.

16 mai – CN D, Pantin : 2<sup>e</sup> rencontre du colloque Arts/Écologies/Transitions.

7-12 juin – Honolulu, Nantes : résidence et stage Body Weather, laboratoire du toucher : introduction aux « manipulations ».

29 septembre > 20 octobre – Sentier des Lauzes, Saint-Mélany : résidence d'écriture.

24 > 29 octobre – université Paul-Valéry, Montpellier 3 & théâtre La Vignette : colloque « Sciences cognitives et spectacle vivant » et stage d'initiation aux « manipulations » du Body Weather.

25 > 29 novembre – Pa-f, Saint-Erme : résidence d'écriture.

29 novembre – Maison d'accueil du ValJoly, Eppe-Sauvage : présentation publique de la recherche à l'invitation de La Chambre d'eau.

### **2020**

6 février – CN D, Pantin : présentation publique de la recherche.

## 6-10 novembre 2017, CN D Centre national de la danse, Pantin Stage, exposition d'archives et table ronde

### En guise d'introduction

La recherche « Le Body Weather, pratique contemporaine : un laboratoire du toucher » commence par une semaine événementielle autour du fonds d'archives Christine Quoiraud déposé au Centre national de la danse (2014-2018).

Cette valorisation des archives se décline sous trois formes :

- l'exposition d'une sélection de documents issus du fonds Christine Quoiraud ;
- un stage avec les danseurs chorégraphes Christine Quoiraud, Oguri et Frank van de Ven, ex-membres du Mai-Juku ;
- une table ronde sur le Body Weather avec Oguri, Frank van de Ven, Viviane Duvergé, Christine Quoiraud et Grete Smitaete, coordonnée et animée par Alix de Morant, le 8 novembre 2017.

Ce projet a vu le jour grâce à la coopération entre la médiathèque et le service pédagogique du CN D<sup>1</sup>.

Chaque journée se déploie selon un protocole traditionnel<sup>2</sup> qui débute chaque matin avec le MB training, un échauffement dynamique suivi par des étirements. L'après-midi est dédiée au travail à partir d'images. Frank van de Ven en donne une liste avec laquelle les participants se mettent en recherche. À l'issue des improvisations, Frank les incite à expliciter leurs méthodes pour aborder ce travail. Oguri, lui, donne la liste puis reprend les images une par une et les montre dans l'espace. Les stagiaires se retrouvent confrontés à deux méthodologies. Entre les deux, Christine Quoiraud propose une approche initiée par le toucher et la sensation et par une remémoration de la sensation avant que ne s'ancrent les images.

Au milieu de cette semaine, la table ronde propose un panorama historique à plusieurs voix : celles de Viviane Duvergé, la première étrangère à avoir rejoint le Body Weather Laboratory au Japon, des trois anciens danseurs du Mai-Juku et de Grete Smitaete, la récente interprète d'une pièce chorégraphiée par Min Tanaka<sup>3</sup>. Durant l'échange, sont présentés des extraits vidéo, en particulier de la pièce *Wind through the Moss*<sup>4</sup>, dans lesquels on reconnaît Frank van de Ven, Christine et Oguri.

1 – Cf. enregistrements filmés de cette semaine, médiathèque du CN D.

2 – À l'époque du Mai-Juku, les journées se déclinaient ainsi : training, étirements, atelier d'explorations.

3 – *A body*, Min Tanaka & co, Archa Théâtre, Prague, juin 2017.

4 – La pièce *Wind through the moss* a été filmée par une personne du public. Document unique, ce film est conservé dans le fonds Christine Quoiraud, médiathèque du CN D.

Cette semaine, suivie par des danseurs professionnels venus de tous les horizons et des réseaux internationaux du Body Weather, a été le point de départ de la recherche et aussi un moment décisif de la conception du dossier.

Outre les participants au stage, la table ronde a attiré des étudiant(e)s, des chercheurs et chercheuses en danse, des familiers du Body Weather, des amateurs des danses de Min Tanaka, et bien évidemment l'équipe du CN D. Après le stage, s'est manifestée une forte demande de la part de l'audience pour l'édition d'un événement similaire.

## 18-24 juin 2018, École des beaux-arts de Nantes et maraîchers des Couëts : « Toucher un paysage, en être touché », atelier de Body Weather

### À l'École des beaux-arts

Ce premier workshop mené par Christine Quoiraud et Moni Hunt se déroule en deux temps et sur deux sites : au studio de l'École des beaux-arts de Nantes (18-22 juin) et en extérieur dans un site de maraîchage biologique proche de la ville (23-24 juin).

Dix participants de profils divers, danseurs professionnels et amateurs, plasticiens, chercheurs en danse, certains ayant déjà fréquenté des stages de Body Weather et d'autres découvrant la pratique sont inscrits pour la semaine entière.

L'École des beaux-arts de Nantes<sup>5</sup> dispose d'un studio de danse. Celui-ci est mis à disposition de l'association (n)<sup>6</sup>, dans le cadre du projet européen « Intermission », projet mené par Marina Pirot et qui devait intégrer le premier workshop de la recherche appliquée « Le Body Weather, pratique contemporaine : un laboratoire du toucher ». Ce projet n'ayant pas été retenu mais il a trouvé ses prolongements autrement.

Le travail a lieu en studio sauf le dernier jour où Christine emmène le groupe, les yeux bandés, à travers la ville pour une marche ponctuée de diverses propositions. Au musée d'Arts, on enlève les bandeaux pour rester en silence durant quarante minutes devant une œuvre de James Turrell<sup>7</sup> dont les variations de lumière agissent sur les ondes du cerveau.

En arrivant au studio le premier jour du stage, il faut nettoyer l'espace après les présentations de travaux d'étudiants pour leur diplôme de fin d'études. Au mur, le travail d'une étudiante sur le toucher restera accroché toute la semaine.

Pour ce stage, Christine s'appuie sur les fondamentaux du Body Weather. Elle pose avec Moni Hunt un cadre pour la transmission et adresse des propositions pour exercer la concentration, la conscience du corps et de l'espace à partir d'une palette d'exercices : MB (Muscles/Bones, Mind/Body) training, initiation aux « manipulations », *bisoku*, *Wind discussion*, *Finger guide*.

C'est la première étape de la collaboration entre Christine et Moni, qui sera approfondie lors des workshops suivants. Quelques notions de pratique Feldenkrais et de Body-Mind Centering® sont introduites. La question « Qu'est-ce qu'un corps-laboratoire ? » est d'emblée partagée avec le groupe : « *What about each body becoming a laboratory? What means a laboratory? What means to become a laboratory?* ».

5 – <https://beauxartsnantes.fr/>

6 – <https://n-a.life>

7 – *Awakening* (2006) de James Turrell présentée au musée d'Arts de Nantes dans le cadre de l'exposition « It becomes your expérience ».

Christine et Moni abordent l'échauffement de chaque jour par la relation à l'espace. Puis elles guident le MB training. Celui-ci sera retranscrit par les participants à la fin de la semaine sous forme de cartes dessinées et annotées en groupe. Moni, avant son premier MB introduit les « quatre perceptions », insistant sur la relation au lieu et sur la qualité de l'attention à chaque moment de la pratique : « *Notice the entrance in the MB, sense space and partners in the space* ».

Christine montre les deux premières « manipulations ». Les participants, qui pour beaucoup découvrent ce travail, cherchent à reproduire les mouvements plutôt qu'à explorer une relation de contact singulière.

Lors du travail de *Wind discussion*, suivi de « self pushing/imagine your partner », Christine introduit le mot « neutre » qui ouvre un nouvel axe de travail dans le groupe de ce stage ainsi que dans toute la recherche. Moni prolonge ensuite la question de la neutralité lors d'un exercice de pratique Feldenkrais puis dans le *Bag of Bones*.

La consigne du *Bag of Bones*, ce jour-là, porte sur trois actions : tirer, soulever, presser le corps de l'autre. L'exercice proposé par Christine se travaille au sol et à deux, puis à plusieurs. Il sera repris chez les maraîchers, le week-end suivant. Moni conduit les stagiaires vers le « zero zero tension » : « *You want the muscles zero zero tension. It is not relaxed. This is still a working body, researching. Me too I am researching. I am aware where are my tensions and what I bring into the work. My mind is zero zero tension as well. I am really investigating what I do with this body. And attend to the whole body* ». Moni insiste sur un toucher de la texture. Elle ajoute les notions de « micro » et « macro » : « *Micro is the smaller tension, macro is the bigger tension* » pour tendre vers « *Keep the body zero zero tension* ». Elle introduit aussi les lines qui seront reprises durant le stage à Londres.

Le binôme Moni et Christine se constitue et les axes dégagés à l'École des beaux-arts seront explorés tout au long de la recherche, pour ce qui concerne la conduite des workshops.

### **Note explicative sur quelques exercices**

Le *bisoku*, exercice qui consiste à ralentir le mouvement à l'extrême est pratiqué de diverses manières : cinq minutes pour ouvrir les deux paumes, dix minutes pour danser un mouvement libre devant un observateur, puis vingt minutes en duo.

La *Wind discussion* ou *Pushing discussion* présentée par Moni se focalise sur la netteté de l'information donnée par un initiateur qui stimule le mouvement par un toucher, en réponse auquel le partenaire amorce un mouvement. Il s'agit de se sentir mû par une pulsion extérieure plutôt que de bouger par soi-même.

*Blind walk on a string*, proposé par Christine, commence par des suggestions inductives préparatoires. Réalisé en silence pendant quarante minutes, cet exercice fait le lien entre tous les exercices et effectue le tissage du travail de l'entraînement.

Les cinq mouvements stimulent les processus de mémorisation, de transmission et d'interprétation. Il s'agit de transmettre une chorégraphie de cinq mouvements, de la travailler en miroir par demi-groupes.

Le *feedback process* est ancré dans la pratique depuis l'origine du Body Weather. Le travail d'intégration des ateliers procède généralement par des temps de discussion et d'écriture. Ici, Christine propose justement de ne rien écrire. Néanmoins avec carnets et crayons en main, il s'agit de résister, de laisser se déposer les strates de l'expérience, que le groupe saisisse l'enjeu d'un engagement dans la pratique.

### **Chez les maraîchers des Couëts**

Ce site de maraîchage biologique s'étend sur six hectares en zone périurbaine de Nantes. Il est sonore car il se situe au bord du périphérique et sous une ligne aérienne, à quelques kilomètres de l'aéroport de Nantes. C'est le terrain de recherche de l'association (n) de Marina Pirot et Dominique Leroy, qui engagent un travail sur l'écoute sonore et corporelle en relation avec les maraîchers et le travail agricole.

Ce week-end de workshop des 23-24 juin est public et gratuit. Il est organisé par (n), qui le met en lien avec la présence d'une installation sonore et d'une soirée de performance vidéo.

Samedi matin : 11 personnes, dont 6 ont suivi le stage de l'École des beaux-arts.

Dimanche : 13 personnes, le matin ; l'après-midi, 17.

Le week-end prolonge la semaine à l'École des beaux-arts. L'objectif poursuivi est de mêler les gestes du travail agricole aux gestes du toucher dans le *Bag of Bones* ou dans la simple observation : toucher les plantes dans la seule présence, être touché par les plantes, s'ouvrir à une autre sensibilité.

Le groupe se remodèle sans cesse, souvent par demi-journées, des personnes partent et d'autres arrivent. La progression est improvisée, articulée par Moni et Christine, principalement orchestrée par Christine qui, dès l'accueil, avec café ou thé, propose de passer du temps avec un grain de raisin sans le manger.

Le *Deck*<sup>8</sup>, une zone de deux cents mètres carrés tondue dans un champ non cultivé, devient la zone d'échauffement. Christine évoque en souriant la réflexologie plantaire car le sol est caillouteux. L'observation des végétaux, le désherbage les yeux bandés, le *Bag of Bones* devant les serres contextualisent le travail au contact de ce site en activité : le tracteur se

8 – Clin d'œil au *dance deck* dessiné par Lawrence Halprin pour Anna Halprin à Kentfield, Mount Tamalpais, Marin County, Californie.

déplace, la vente directe de légumes a lieu le samedi matin. Le groupe s'étire dans un paysage très présent.

Un des deux maraîchers expérimente une plongée dans le *Bag of Bones*. Dans ses retours, il évoque la danse de son corps par le toucher des autres. Un temps d'observation de 40 minutes en silence dans une serre de légumes générera une grande discussion entre les participants qui font part de leurs impressions en présence des végétaux. Le travail se continue lors des conversations, des déplacements ou du repas partagé. Les participants, interpellés, témoignent des expériences vécues ; ceux de l'École des beaux-arts font le lien avec les touchers précédents. En fin d'atelier, est de nouveau abordée la notion de neutralité. Pour une participante, la neutralité serait un engagement plein, contrairement au sens habituel du terme : « Ce n'est pas "Ne fais rien du tout". C'est plus exigeant que ça. Tu tisses en laissant venir les choses, et cela implique un état de corps, celui du lâcher-prise... Le lâcher-prise, il n'est pas que physique, il est aussi bien mental. Dans les pensées, dans les préjugés ».

L'impact du milieu, la présence des agriculteurs au travail, les matières, le son, le sol de terre, l'herbe, les cailloux, les légumes, les outils du maraîchage activent les touchers, les imprègnent. Le soleil est criant, ces deux journées sont caniculaires. Les participants évoqueront ensuite cette « météorologie particulière » où le soleil a « touché tout le monde jusqu'à laisser sur nous ses traces ».

Ce week-end conduit Marina à s'impliquer davantage auprès des maraîchers pour participer aux travaux des champs et proposer des ateliers d'écoute corporelle en lien avec les gestes du semis, de la plantation, du désherbage, de la récolte.

## 10-16 septembre 2018, Re-source(s), Valcivières : dixième rencontre autour des « manipulations »

L'association Mû Pied<sup>9</sup> de Patricia Kuypers et Franck Beaubois est partenaire de notre recherche. C'est dans leur lieu qu'a été accueilli le laboratoire de pratique et d'étude autour des « manipulations » du Body Weather, le dixième qu'organisent Christine Quoiraud et Franck Van de Ven<sup>10</sup> depuis 2009 à l'intention de ceux et celles qui sont intéressés à transmettre et/ou approfondir leur connaissance de cette pratique. Durant cette semaine, l'objectif est d'orienter la recherche sur le toucher avec l'apport du Body-Mind Centering® et de la méthode Feldenkrais® et d'examiner la pratique des « manipulations » au travers de ce prisme.

Le groupe de seize personnes est constitué des quatre protagonistes de la recherche, des invités Frank van de Ven, Monique Chevaleyre et Sophie Centenero et de neuf participantes : une art-thérapeute, une kinésithérapeute-psychanalyste, une ostéopathe, une écrivaine et critique de danse, une enseignante d'éducation physique (S.T.A.P.S.), une sociologue également danseuse et trois danseuses. Deux d'entre elles ont étudié les « manipulations » auprès de Viviane Duvergé.

Sophie Centenero, praticienne de Body-Mind Centering® apporte ses connaissances en anatomie : muscles, os et respiration concernent directement les « manipulations ». L'indication qui avait été donnée au préalable à Sophie Centenero était de proposer un focus sur la structure tissulaire des ligaments, des os, des muscles, de la cellule, et, plus largement, sur les tissus conjonctifs. Monique Chevaleyre, kinésithérapeute à la retraite et thérapeute manuelle en biokinergie en activité, est invitée à partager son expérience avec le groupe. Son éclairage est essentiel et confirme l'évidence des passerelles entre les différentes techniques d'approche par le toucher abordées au cours de cette semaine.

Premier constat sur la pratique des « manipulations » : les débutants les découvrent, les initiés ont contracté des habitudes ; il y a des corps jeunes et entraînés, d'autres plus matures et moins rompus à la pratique, d'autres encore souffrants ou fragiles. Il faut donc composer avec les différences de niveau, être sensible à des disparités d'états physiques, être à l'écoute de diverses corporalités. Cet état de fait est récurrent dans les stages de Body Weather où, souvent, il n'y a pas de distinction entre débutants et confirmés. Et depuis 2009, à chaque rencontre, Christine et Frank ont dû ré-enseigner les sept séries.

Chaque jour, l'ensemble des « manipulations » est pratiqué alternativement avec des ateliers de Body-Mind Centering® guidés par Sophie Centenero

9 – <https://www.mu-pied.com/>

10 – <http://bodyweatheramsterdam.nl/>

et de Feldenkrais par Moni. Le deuxième jour, Monique Chevalere fait une démonstration de son travail devant le groupe avec une patiente volontaire allongée sur une table ; elle commente au fur et à mesure les différentes nuances de son toucher en réponse aux informations que ses mains reçoivent. Quant à Moni Hunt, elle concentre ses interventions sur la mobilisation épaule-bras-main.

En amont, Christine Quoiraud avait proposé à l'équipe d'observer le langage de la transmission et les distinctions de terminologie qui peuvent exister entre anglais et français. Au Japon, les ateliers, en général, étaient conduits dans un anglais approximatif. Les rôles sont distribués : Frank van de Ven guide en anglais lorsqu'il s'agit de resituer les apprentissages. La traduction simultanée en français fonctionne comme un doublage de la même information. Le deuxième jour, Moni Hunt conduit à son tour les premières manipulations, toujours en anglais avec traduction. Le troisième jour, Séverine Delbosq, également rôdée aux pratiques du Body Weather et formée par Viviane Duvergé, est invitée à guider les sept séries. Cette répartition des rôles a permis de soulever l'une des principales interrogations de cette rencontre concernant le langage utilisé pour la transmission. Elle révèle des écarts fondamentaux dans le choix du vocabulaire, des intonations. Apparaissent des métaphores qui colorent divers aspects de la pratique et influent sur la relation interpersonnelle, celle du binôme, du binôme au groupe et, plus largement, du groupe à l'environnement. La clarté des informations strictement nécessaires à la pratique est questionnée. Les indications données par Frank van de Ven sont minimales tout en proposant un cadre qui permet l'exploration. En d'autres termes, il s'agit d'une conduite non-inductive, juste informative.

Au démarrage de cette semaine intensive où la vie du groupe prolongeait le travail, avait été énoncé le fait que cette dixième rencontre s'insérait dans le cadre de la recherche. La notion de laboratoire étant intrinsèque au Body Weather Laboratory, d'emblée elle est formulée comme un sujet de réflexion et d'échanges. Le feedback étant un élément de la pratique, les participantes sont intégrées comme des chercheuses avec qui partager les questions de sorte que celles-ci puissent résonner au-delà du temps de l'expérience :

- Au début de la semaine, nous avons amené la question du toucher en relation avec la recherche à partir des manipulations. Aviez-vous déjà considéré cette question du toucher pour vous-même, et si oui, de quelle façon ?
- Durant cette semaine et de votre point de vue, quel a été l'exercice qui vous a apporté le plus dans votre approche des « manipulations » ? Pouvez-vous préciser pourquoi ?
- Lorsque vous étiez en situation de « manipuler » un partenaire, quel a été/était votre principal souci ? Sur quoi portiez-vous votre attention avant tout ?
- Le focus de votre attention a-t-il changé jour après jour ? Si oui, est-ce que cela était le résultat d'une session de Body-Mind Centering®, de pratique Feldenkrais®, ou, par exemple, la résultante de la séance avec Monique

Chevalyère et/ou la conséquence des discussions de groupe ?

– Pouvez-vous vous rappeler la discussion sur les instructions, le langage utilisé et les différentes façons de guider les » manipulations » ? Durant cette discussion, il a été question d'anatomie, d'imaginaire, d'axes spatiaux. Frank van de Ven a dit : « Less is more : moins il y a d'instructions, mieux c'est ». Alors, pour vous, quelle est la manière la plus efficace de guider ?

Les observations du groupe de recherche, les retours des participantes, ont permis aux stages suivants à Londres et à Rennes de tester les passerelles entre les pratiques avec un éventail de nouveaux exercices. Parmi les retours, nous avons noté celui de Séverine Delbosq, qui, après avoir pratiqué les sept séries avec Frank van de Ven, a remis en question la pratique telle que transmise par Viviane Duvergé.

## **8-11 octobre 2018, Chisenhale Dance Space, London: Body Weather Workshop**

The research project is run as a public workshop and takes place over 4 days at Chisenhale Dance space<sup>11</sup> in central London and is led by Christine Quoiraud and Moni Hunt. Chisenhale Dance space grew out of the X6 collective more than 30 years ago. This was a group of five dance artists who wanted to work independently of any established company or organization. Since its beginnings Chisenhale has had many forms but its focus has always been in artist development, experimentation, research and the creation of new and exciting dance and movement works. It has had a huge impact on the British dance scene and is one of the UK's leading dance spaces.

Our connection to London is through Moni, who has been running and organising various artistic projects at Chisenhale Dance space across a ten year period, in the form of studio workshops for her independent performance work and training events, as well as the workshop program of Body Weather UK. Body Weather UK was set up by Moni Hunt, Neil Callaghan and Simone Kenyon with the endorsement of Frank van de Ven (Body Weather Amsterdam). Over the past twelve years, Body Weather UK has built up a community of dancers and performers who have and continue to regularly attend workshops, retreats and Body/Landscapes. Oguri, Christine Quoiraud, Katerina Bakatsaki and Tess de Quincey have all participated in the program of Body Weather UK over the years.

The group attending the workshop is made up of professional dancers, performers and theatre makers. The level of training and experience is very high, with most participants having some or a lot of knowledge of Body Weather and some knowledge of Feldenkrais®. The workshop moves at a very fast pace both physically and conceptually, and the input and engagement from the group is focused.

Following on from the week in Valcivières the aim of this project is to further the research on Body Weather using principles of touch embedded in Feldenkrais® and Body-Mind Centering® exercises, and using this as the lens through which to view various aspects of Body Weather training. Through touch, the proposal is to explore the nature and functioning of interpersonal relationships within aspects of Body Weather training; and then to question and discover the layers of awareness that are needed when working interpersonally. The working theme 'tensegrity', introduced in Valcivières by Sophie Centenero, instructor in BMC®, provides a framework for how the workshop will unfold, along with a specific focus on modes of attention, with the overall focus being on the aspects of "touching and being touched".

Across the week, the group work focuses on the dynamic principles of MB training (speed, slowness, attention, the group as a unit and its relation

11 – <https://www.chisenhaledancespace.co.uk/>

to space and time), Bag of Bones, Feldenkrais® ATM's on the breath and hands, introduction to the "manipulations" #1 & # 2 of Body Weather, Wind discussion, as well as some newly inspired exercises on touch and attention influenced by Moni's practice and research in Feldenkrais®, and Christine's work on tensegrity based on earlier Body Weather exercises. This all led towards the final afternoon led by Christine, which entailed a mapping out of the material and ideas produced from the week towards more performative work.

Following a dynamic MB, the group practice starts with exercises that introduce ways in which to investigate how is it that we come in to contact with each other; what is the journey from non-touch, to touching to being touched? Both Christine and Moni spend a lot of time layering the work to take the participants through the varying transitions. Concepts relating to tensegrity (although this is not explicitly named) and attention are introduced when practicing MB, stick work, breath work, the "manipulations" and Wind discussion. Through the various propositions, we explore how, as movers, we can and do remain in a tensional dynamic connection with oneself, oneself and the other (the other being another person, the group, the group and space, the larger environment) while engaged in the creative process. As the workshop progresses, questions permeate to the surface: "how can we perceive what is 'you', what is 'I', what is 'You and I' ?", within the moment of creativity (when moving and touching).

With the work on attention, influenced by research in the fields of mindfulness and neurobiology, we specifically focus on aspects of perception and awareness. We ask the group to interrogate "how one is engaged with oneself and 'other/Other' in the creative process". Dancers are asked to question from » what 'mode of perception' is one working, and how does this attention to the question raise awareness to being present; and furthermore, to how one is knowingly contributing to the liveness of the creative process? How does the way in which one utilise their attention change how one is 'in-touch'? How one is 'touching'? How one is 'being touched'? »

Feldenkrais® exercises further the work by paying attention to the quality of touch and a quality of questioning which frames the touch. In some of the final discussions the corporeality of the working group in a studio space, situated in the east end of central London is brought to our attention. The conversation weaves between the micro corporeality and kinesthetic nature of our intimate environment- of the self, the group and the space; making connections to how this relates to the much larger macro environment- the space situated in the dynamic of a busy technological metropolis with all its varying tensions and offerings. The work on touch proposes the question of how to give more life to the present and how to nurture the moment within both of these realities.

We leave the 'body weather' of this dynamic laboratory and into the 'body weather' of central London.

## 15-16 octobre 2018, CN D, Pantin : BOB for all

À l'initiative de Christine, cet atelier est proposé hors du calendrier du groupe de recherche. Il se déroule sur deux jours à raison de six ateliers de deux heures. Il est gratuit, les personnes désireuses de participer s'inscrivent par internet et choisissent leur créneau horaire. Chaque créneau est limité à des groupes n'excédant pas cinq participants.

Cet atelier de « manipulations » à plusieurs est initié par Tanaka Min quand, à Paris, il enseigne à la Ménagerie de Verre, à la fin des années 1980. Christine est alors son interprète pour cet atelier : « je crois, dit-elle, qu'à cette époque Min Tanaka souhaite déstabiliser les formes déjà inscrites comme étant le Body Weather. L'atelier propose une "manipulation à et par plusieurs" sur une personne. Il veut rafraîchir les raisons de pratiquer la manipulation sur quelqu'un et relancer de vraies pistes de découverte en lâchant la forme habituelle ».

BOB pour *Bag of Bones*, est nommé ainsi par Tess de Quincey et Stuart Lynch dans les années 1991-1992. La formulation *Bag of Bones* est adoptée et passe aujourd'hui pour un atelier fixe du Body Weather, mais pas seulement : cet intitulé se retrouve chez Vera Orlock<sup>12</sup>, spécialiste des fascias, qui a fait connaître le Body-Mind Centering® en France.

Durant cet atelier, il n'y aura ni prise de vues, ni enregistrements. Les échanges se font par la parole et le toucher. Seules resteront quelques notes prises a posteriori et du dessin.

« Mon intention en ouvrant cet atelier gratuitement au CN D est un rappel des premières époques du Body Weather où on venait sans payer l'enseignement. On partageait le coût de location du lieu et l'atelier était ouvert à quiconque souhaitait explorer le corps. Je souhaite cette fois observer comment la gratuité impacte les décisions et l'engagement dans l'expérience », dit encore Christine Quoiraud.

L'appel lancé par internet a attiré des étudiantes de l'université Paris 8 mais aussi une enseignante de yoga qui pratiqua longtemps le Body Weather, Séverine Delbosq, professeur de sport et danseuse de butô (déjà présente à Valcivières) ainsi que deux danseuses de sa compagnie, un étudiant en éducation physique intéressé par la dimension du toucher pour l'apprentissage du mouvement, une danseuse participant régulièrement aux ateliers de Sherwood Chen à Paris, une étudiante de l'EHESS, en année préparatoire et une photographe, un danseur italien, fidèle lui aussi des ateliers de Sherwood Chen, qui enseigne la méthode Alexander. Il dit avoir étudié avec Michel Bernard et Laurence Louppe, » lesquels ont dédié leur recherche au sentir ».

Avant de débiter la pratique, Christine interroge les participants :

– Pourquoi venez-vous ?

12 – Vera Orlock, stage sur les fascias, Cartoucherie de Vincennes, 2013.

– Qu'est-ce qui vous a attiré dans l'annonce ?

Une des étudiantes de Paris 8 ayant intégré le master Danse après une licence d'arts plastiques à Paris 3 vient, « attirée par la forme de l'atelier ». Elle demande ce qu'est le BOB for all. « Ce qui m'intéresse, dit-elle, c'est comprendre mon corps, celui des autres, comment on se trouve dans l'espace ». Une autre, ayant obtenu un premier master en philosophie à la Sorbonne, pratique la méthode Duncan et improvise avec Wes Howard. Elle se demande ce qu'est la météorologie du corps. Elle se dit interpellée par le mot « toucher » : « dans l'improvisation on donne une grande part au contact. Comment être en connexion avec quelqu'un ? »

Une troisième, vénézuélienne, inscrite en philosophie et esthétique de l'art, a appréhendé « le sentir dans l'art contemporain en arts plastiques, en langage vidéo et musique. Je n'ai pas encore étudié cela dans le champ de la danse ». Une quatrième, brésilienne, ancienne athlète et circassienne, ayant terminé sa licence 3 à Paris 8, nourrit son projet « Danse et musée », réfléchit à l'interaction entre danse et arts plastiques et au dialogue entre danse et lieux. Elle vient à l'atelier pour le mot « toucher » : « Ici en France, on se touche. Mais pas dans le sens du *care* ».

Christine est frappée par la précision des retours produits par ces étudiantes d'origine étrangère qui parviennent à sonder le langage tandis que les autres participants en restent à l'expression de leur ressenti personnel. Pourtant l'atelier tourne autour de deux questions essentielles :

- Suis-je dans un vrai contact ?
- Sommes-nous dans une relation interpersonnelle ?

Le *BOB for all* est exploré les yeux bandés ou clos. Parfois, c'est la personne au sol qui a les yeux fermés, parfois ce sont ceux qui la touchent, parfois toucheurs et touchés, explorent à l'aveugle. D'autres variations sont proposées : par exemple, après un toucher d'environ vingt minutes, on s'éloigne de la personne au sol, la laissant prolonger cette expérience par le mouvement. Moment fort, l'expérience particulière de Christine avec B : « *nous nous connaissons à travers des années de pratique des manipulations* ». *Nous nous proposons de faire la première manipulation. Nous passons une heure à presque rien : aller vers lever le bras et s'y refuser ; décortiquer les étapes de l'approche ; prendre le temps d'observer chaque nuance au millimètre près, sous l'influence de la lenteur et à l'épreuve de la non-intention. Les effets s'avèrent très puissants sur la détente, sur le système nerveux autonome parasympathique. Comme un nettoyage. Une reconfiguration. Cette expérimentation deviendra, pour moi, Christine, le ferment de nombreuses explorations dans la suite de la recherche. J'ai l'impression que cette proposition, ni stage ni atelier, a vraiment modifié les rapports des participants entre eux et avec moi. Nous n'avons plus les mêmes projections les uns sur les autres. Nous sommes tous au service de l'exploration, sans autre but qu'elle-même* ».

## **29 novembre-2 décembre 2018, Le Garage, Réservoir Danse, Rennes : stage de Body Weather croisé avec la pratique Feldenkrais**

Rennes based Dance Company Propagande C and Nantes based Association (n) are our partners for this project. It is through Propagande C we were introduced to Réservoir Danse<sup>13</sup> who hosted us for this residency. Located on the outskirts of Rennes, Le Garage is a space dedicated to contemporary dance. Open since 2009, it is the home of two renowned institutions: the collective Réservoir Danse and Centre chorégraphique national de Rennes et de Bretagne. Le Garage is a meeting place between artists and the public, it offers a documentary resource area and a common space for sharing ideas for those beneficiaries of the studios.

Our home for the week is the grand studio. We are engaged in a one week residency to further our research project ending with a public workshop as a way to share our research through practice. The team is Christine, Marina and Moni, Alix being unable to be with the team for this segment. The meeting follows quite soon after the October London workshop and ideas are fresh and alive, and so in part it seems the work is a continuation from that in London. The first four days of the residency we dedicate to our own group research. In this time we recalibrate as a team, to cross reference, share and discuss each other's recent developments, a lot of time is spent on discussing the work discovered in London, especially around the exercise of Pushing/Wind discussion. We take time each day to share some practical material as a way to engage new ideas and ways of thinking. Moni Hunt leads various Feldenkrais® lessons that lead into Body Weather inspired improvisations using Bisoku and that are later linked with the MB in the public workshop. Christine leads a number of differing exercise relating to neutrality, zero tension, mapping the body in relation to gravity, tensegrity and Body-Mind Centering® exercises.

The public workshop starts on the Friday evening and finishes Sunday evening. The group is made up of dancers, somatic practitioners, a photographer, performers, psychomotriciens and visual artists.

Time is short, and so the decision is, as suggested by Christine, to open the workshop sharply and with no attention to social etiquette such as introducing ourselves and each participant, nor to outline the nature of the workshop or research. We would like the group to discover through the practice. We also make the conscious decision not to hold any group discussions in these first few hours of the workshop.

The group then is called by Moni into an improvisation, by way of retracing their entrance into the space and onto the studio floor, as many times as

13 – <http://www.reservoirdanse.fr/>

possible within a given time limit, each time paying more attention to details. Immediately questions relating to attention, time, the space and the group are evoked. The everyday becomes performative. Blindfolds are then introduced and the next hour is spent working without the sense of sight, working instead with and through the sense of touch. We introduce the Body Weather'Bag of bones work, and make a conscious decision to stay with this for a long period of time. The group is pushed from its everyday way of perceiving, its relationship to timing and space into another experience shared by the immediacy of the group. Concepts relating to attention, for example from micro to macro attention are layered into the work, some of which we will later pick up in the days that follow. We introduce Body Weather "manipulation" #1. The first evening is intensive and sets the working tone for the following two days. The workshop is a laboratory, where the group is asked to enter into a dialogue with the working proposals by being led by their own perceptions and experiences rather than simply passively receiving the work. We noted that for some dancers there seemed to be a struggle with this autonomy, the idea of leading their own discoveries in the work, for example by not being told what to observe while observing.

On both following days, the group is led through Image based movement improvisations that lead into a dynamic MB focusing on how one can switch one's attention from micro to macro attention while physically moving through the movement scores. It was suggested that the group pay attention to the group body, as well as the individual within the group, and to take up the opportunity to be/try/perform as other bodies in the space as they practice MB. We engaged the group in Body Weather exercises such as Stick work, Bag of bones, an introduction to "manipulation" #2, Bisoku, group improvisations led by one voice and Image work. Feldenkrais® exercises are also layered into.

The work on touch develops in various ways involving body to body contact, moving into movement improvisation in Bisoku, towards touch improvisation exercises that are layered with images, into improvisations whereby the images touch the dancers more abstractly through language. It becomes clear through some of these improvisations that recurring patterns of movement weave through the bodies of some dancers, of which they are unaware. The focus is then drawn towards the qualities of the images, how the language reaches the body, how the language has the possibility to disrupt, and how language is being interpreted by each person. Christine proposes a list of images she has developed in her own practice that contribute to a final movement score that the performer's present back to the group. However, parameters are set to constrain the performers as a way for them to discover new possibilities and to approach the images from a non-habitual starting point. They are asked to sit on a stool, not to place the feet on the ground, play with un-balance and other fulcrums. This work is done with an observing partner. This situation creates a positive destabilisation versus creativity at the height of exhaustion.

We finished the weekend by a group discussion, where there was a rich exchange of the observations and discoveries found in the work. There was a strong sense that the proposals across the weekend required the participants to engage with themselves and the group with new and varying strategies of applying attention. In some instances, the intensity of attention required, continuously, led some participants to a threshold of fatigue, which was then surpassed by the mere fact of wanting to pursue and maintain the quality of attention. It was observed that in this context the group dynamic was built through this process of desire and curiosity.

The benefits of working with the group body through touch as a way to make new discoveries within the 'individual' body was a recurring theme. Similarly, so too was the use of constraints within the work, such as being blind folded for one hour while moving and touching, moving in pairs and as a group while keeping sticks falling to the floor, or being confined to a chair with specific images as a parameter for movement.

Overall there was a wonderful sense of acknowledgement of the ability to discover (as well as re-discover) and to be surprised by the uniqueness of the experiences offered through the work of touching and being touched.

## 18 -25 janvier 1019, Pa-f, Saint-Erme : résidence de recherche

Le Pa-f, Performing Arts Forum<sup>16</sup>, est un lieu dédié aux artistes, praticiens, auteurs, scientifiques, critiques et autres acteurs impliqués dans le champ des arts visuels, de la musique, de la littérature, des arts performatifs, des médias, de la culture et des contre-cultures. Il accueille ceux et celles qui s'intéressent à l'élaboration d'une pensée et souhaitent agir sur les contextes et les modalités de production de la recherche. Alternative à l'institution, Le Pa-f se définit comme un lieu indépendant, autogéré, ouvert à qui souhaite déterminer ses conditions de travail et d'existence dans un rapport distancié au marché. Il repose sur l'autodétermination de chacun des membres de cette communauté de rayonnement international.

Dans cet ancien monastère dédié à la concentration et au travail, l'objectif de la semaine est de déployer les matériaux des stages qui ont déjà eu lieu et de définir une méthodologie.

Katerina Bakatsaki, du Maï-Juku, rejoint cette étape. Sa compétence de chercheuse et d'enseignante, au SNDO (School for New Dance Development) d'Amsterdam et à l'HKU (University of Arts) d'Utrecht, est précieuse pour définir une contemporanéité du Body Weather. À l'écoute des apports et des ambitions que chacune nourrit pour cette recherche, Katerina Bakatsaki s'adresse à chaque chercheuse en particulier et le groupe en retour lui adresse ses questions.

Au cours de cette résidence, plusieurs conversations ont lieu, croisant les témoignages de Christine et de Katerina autour de l'histoire de la compagnie Maï-Juku : les débuts de la Body Weather Farm, la vie entre Tokyo et la campagne, le rythme du quotidien des danseurs... Les notions de sororité, de commun, d'écologie, de post-humanity et d'open resourcing sont débattues. Dans la salle de travail, sont présentes des archives, dont le fameux Drive on<sup>17</sup>, cet écrit manifeste de mai 1980, où sont décrites toutes les étapes des sept séries d'étirements autrement appelées « manipulations ». Ces conversations ont été enregistrées<sup>18</sup>. Leur ton était informel. Il y avait là une résonance qui complétait, enrichissait les témoignages précédents, ceux recueillis en novembre 2017 lors de la table ronde au CN D, puis à Valcivières avec Frank van de Ven.

Plusieurs accents ont vivifié l'énergie, fluidifié la semaine. Ainsi, Christine a partagé, lors d'une lecture, le début du texte qu'elle entend livrer à la fin de la recherche et qui donne à entendre une voix singulière sur l'histoire au regard d'une sélection de ses propres archives. La proposition d'Alix d'une séance improvisée qu'elle a intitulée « psychanalyse du Drive on » surprie tout le monde. Il s'agissait de laisser aller le langage après avoir observé la

16 – <http://www.pa-f.net/>

17 – cf. Fonds Christine Quiraud.

18 – Ces enregistrements rejoindront le fonds Christine Quiraud, médiathèque du CN D.

page de couverture du document pendant une bonne dizaine de minutes. Celle-ci est un assemblage qui rappelle la peinture chinoise, composé de dessins de fragments de paysages et d'une longue liste d'expressions associées au corps : « le corps et l'esthétique », « le corps et la nature », « le corps et l'excrétion », « le corps des parents », « les rides et le corps », « le climat et le corps », etc. Cette page, depuis son origine, laisse une empreinte durable dans les esprits qui la croisent. L'observation, ce jour-là, réactive la rêverie, des liens avec d'autres domaines et avec les territoires intimes de chacune. D'autres partages eurent pour effet de rendre apparents les concepts issus de la pratique, de cette rencontre du Body Weather avec les somatiques.

Moni présente l'esquisse d'une architecture méthodologique de la pédagogie, grâce aux transcriptions des stages réalisées par Christine, dont certaines viennent éclairer la recherche. Marina propose de visionner les photos et vidéos réalisées sur le site des maraîchers des Couëts, ce qui amène le groupe à s'interroger sur les prolongements pour elle de ses investigations sur ce terrain. Alix s'attache à l'écriture d'un texte sur les « manipulations » du Body Weather à partir des transcriptions de Valcivières et de l'expérience commune. En maintes occasions, ses interventions servent de levier au cours des conversations.

## 30 mars-5 avril 2019, La Chambre d'eau, Le Favril : résidence et stage de Body Weather, laboratoire du toucher

La Chambre d'eau<sup>19</sup> est partenaire de la recherche. Christine Quoiraud y a déjà séjourné en mai 2018 dans le cadre de la biennale Eclectic Campagne(s), en prolongement du projet européen Migration/Murmuration<sup>20</sup>, avec les étudiants des écoles d'art de Toulon, Tourcoing, Lille et Poitiers. Elle y revient en résidence en novembre 2018, pour écrire. À cette occasion, se tient une première soirée de présentation publique de la recherche.

La résidence d'une semaine du groupe de recherche s'articule avec des ateliers pour les enfants de l'école primaire et du collège de Landrecies, et un stage offert aux publics de La chambre d'eau. Celui-ci se déroule en deux jours et entre deux lieux : une salle de l'ancienne école maternelle de Landrecies, devenue guichet unique de service public, et le parc de La chambre d'eau, un ancien moulin aujourd'hui résidence d'artistes. C'est la première fois qu'un stage de danse est proposé en ces lieux. Une partie des stagiaires a rencontré Christine lors de sa conférence performée à la biennale et revient pour participer aux deux journées<sup>21</sup>.

Landrecies est une commune des Hauts de France. Le groupe de recherche est hébergé en habitat social et les fenêtres de l'appartement donnent sur l'ancienne école et, au loin, sur la campagne.

Le groupe de seize personnes est composé d'enseignants en art, d'une conservatrice du patrimoine, d'une programmatrice de spectacle vivant, d'un chorégraphe, d'une critique de danse, d'un chanteur, de psychomotriciennes, de professeurs et d'une chercheuse associée à La Chambre d'eau.

Le travail se concentre sur les principes dynamiques du MB training (vitesse et lenteur) et la « manipulation à plusieurs », *Bob for all*, d'abord par binôme puis par petits groupes de cinq, les yeux bandés, dans la salle puis dans le paysage. Les participants sont amenés progressivement à passer du travail de la sensation par le toucher à son expression dansée, dans des compositions in situ.

Le deuxième jour, répondant à la curiosité d'un des participants au sujet des projets « Marche et danse » (2000-2007), Christine énonce diverses propositions : pratiquer l'exercice des cent pas, partir avec des consignes ou gérer son temps en autonomie. Le terrain de la pratique, à Landrecies, déborde de la salle communale vers ses couloirs, dans ses extérieurs : le stade, l'aire de jeux, les pelouses des HLM et les jardins ouvriers.

Moni étant absente, Christine fait le pont avec le workshop de Londres en reprenant une proposition de celle-ci sur l'attention. Pour aider à la

19 – <https://www.lachambredeau.fr/>

20 – <http://www.esadtpm.fr/plateforme-recherche-passages/migration-murmuration-380.html>

21 – cf. Marie Pons, « En pratique », article sur le stage à La chambre d'eau, Les Démêlées n°4, printemps 2019.

concentration, elle introduit des éléments de Body-Mind Centering® et de sophrologie. Elle propose également à Alix de Morant et à Marina de guider des protocoles qu'elles apportent au Body Weather : pour Alix de Morant, des cartographies de l'attention réalisées à la fin du premier jour, pour Marina, une sensibilisation à l'écoute sonore.

Lors d'Eclectic Campagne(s), des liens se sont tissés entre Christine Quoiraud et Kangrong He, photographe et artiste visuelle, qui documente la recherche à Valcivières et à La chambre d'eau. Peu à peu, celle-ci intègre la recherche dans sa dimension éditoriale, cette nouvelle étape étant pour le groupe l'opportunité de rassembler les différents supports de la recherche en vue de la restitution début 2020.

Il apparaît que cette recherche sur le toucher, ancrée dans sa pratique, en déposant dans les corps, affecte ceux des quatre protagonistes de la recherche comme ceux des personnes qui, pendant deux jours ou une semaine, ont la possibilité de goûter aux propositions du Body Weather.

## **7-12 juin 2019, Honolulu, Nantes : résidence et Body Weather, laboratoire du toucher : introduction aux « manipulations »**

L'équipe est au studio Honolulu<sup>22</sup>, partenaire de la recherche. Cette nouvelle résidence découle de l'enthousiasme de Fabienne Compet qui, en juin 2018, découvrait le toucher dans le Body Weather par le biais du *Bag of Bones*.

Le programme se compose d'un stage de trois jours, suivi de trois jours de résidence autour du travail éditorial : finalisation des carnets réalisés par Kangrong He, sélection des photos des stages, choix d'une archive filmée de 1999, synthèses des expériences vécues à Nantes en 2018 et 2019 et au CN D lors de BOB for All, échanges sur les notions de tenségrité et de neutralité. Il s'agit de préparer les éléments pour une sérigraphie réalisée par Costanza Matteucci : Dive in, en guise d'hommage au Drive on du Body Weather Laboratory de Tokyo.

Six danseurs professionnels se présentent au stage « Le Laboratoire du toucher : introduction aux “manipulations” ».

La collaboration entre Moni et Christine est fluide et dans une vraie complémentarité. La succession des stages donnés ensemble depuis une année a mené à un tissage subtil des connaissances relatives aux pratiques propres à chacune. Un an plus tôt, dans les étapes initiales de la recherche, les ateliers se distinguaient : Feldenkrais®, Body-Mind Centering® et Body Weather. Aujourd'hui, les expériences somatiques ont imprégné la méthodologie du travail ainsi que la pédagogie sans pour autant altérer la toile de fond. Les frontières entre les pratiques se dissolvent. La méthodologie a évolué non seulement au cours des six stages précédents mais aussi dans le tissu relationnel au sein de l'équipe, fruit des nombreuses discussions à partir des archives, des feedbacks et observations, de l'organisation du projet, des traces restitutives de la recherche en cours. Durant ce stage, l'effet sur le groupe est très net : fluidité, confiance, désir d'apprendre et d'aller plus loin. Un réel esprit de recherche se manifeste du côté des stagiaires et des enseignantes, dans un élan mutuel. L'attention dans la salle est orientée vers la présence immédiate à ce qui advient. Les retours se concentrent sur la pratique et non plus sur l'histoire du Body Weather, la cohésion entre les pédagogues ne laissant plus de place aux errances individuelles ni aux quêtes identitaires.

La proposition de ce stage était de donner une initiation aux « manipulations » du Body Weather. La séance démarre les yeux bandés, se poursuit par des exercices sur les fascias en appui sur la respiration. On apprécie la saveur de la lenteur. La recherche évolue dans le mouvement à la découverte des fascias avec Christine et avec les outils du Body-Mind-Centering®. Moni

22 – <https://oro.fr/>

enchaîne avec un module Feldenkrais® sur l'unité corporelle, « l'étoile de mer ». Puis vient un *Bag of Bones*, introduit par les verbes « pousser », « presser ». Il s'agit d'ausculter le sens de ces verbes par le toucher et de ne pas se contenter du premier dialogue corporel. La proposition de Christine est d'utiliser les arrêts pour « reprendre à zéro » et ainsi intégrer les découvertes et recherches des ateliers précédents : le point « neutre » comme point de référence, par exemple. Moni et Christine proposent d'observer ce qui se passe au toucher mais suggèrent aussi de prêter attention aux effets du langage sur l'action, de rester vigilant aux intentions lorsqu'on change d'image.

D'autres exercices explorent la notion de tenségrité. Christine, à partir des verbes « pousser », « tirer », « étirer », « s'étirer », invite à un toucher en groupe, jeu d'étirements au sol. Il s'agit d'observer les effets d'une action sur une partie du corps et de la propagation des réactions dans le reste du corps. Moni Hunt, dans le MB, questionne à son tour ces verbes. L'exploration se prolonge dans le MB training du troisième jour, où chacun est invité à observer un partenaire en mouvement. Après le training, quand le corps est chaud, on entre dans des jeux à deux proposés par Christine : des touchers-contacts lents, des repoussés à deux, puis à plusieurs, testant ainsi la notion de tenségrité et l'activation des liquides du corps, synovie, lymphe, flux sanguin. Une autre proposition<sup>23</sup> consiste, pour trouver les fascias, assis sur une chaise, à jouer avec les plans, frontal, horizontal, diagonal et avec le volume. Dans le toucher Resist/Push, les deux partenaires se repoussent avec les avant-bras.

Au cœur de ce workshop, l'attention : il s'agit de garder le cap, de ne pas se noyer dans les détails, d'être attentif à son attention comme aux objets de l'attention sans perdre de vue la chronologie de l'expérience :

- nommer les points d'attention : nouvelles sensations, perception de soi et de l'autre ;
- les situer : « sommet de la gorge » plutôt que sommet du crâne, « coccyx-bassin-sol »,
- relier les points tête-coccyx pour solliciter des focus d'attention très localisés qui diffusent des tracés dans le reste du corps.

Comment une pression, une action a-t-elle une conséquence sur le reste du corps, sous de nombreux aspects ? Christine rappelle que le corps entier est informé de la moindre action, même sur une petite partie du corps. Toutes ces réalités sont vécues et intégrées dans la pratique des « manipulations » du Body Weather, sans être jamais nommées. L'apport du Body-Mind Centering® leur donne un vocabulaire.

Les deux après-midis sont dédiés aux démonstrations des « manipulations » 1, 2 et 3. Elles sont guidées en français puis en anglais. Le dernier jour, elles

22 – Cet exercice fut proposé par Nadine Quéré lors d'un stage sur les fascias à Paris en mai 2019.

seront pratiquées les yeux bandés. Pour Christine, « les deux partenaires sont conviés à se situer comme sujet-objet dans l'expérience commune ». Son intention est de « hacker » les « manipulations », de continuellement les raviver par la résistance aux consignes. Voulant aller vers ce que l'on croit connaître, il s'agit de s'y refuser, d'entendre les mots de la consigne et de ne pas les suivre. Par exemple, on entend : « Prenez les poignets, amenez les bras au-delà de la tête ». Le cerveau s'apprête à réaliser cette succession d'actions. Entendre et retarder la réaction : ne pas réagir tout de suite, ou encore saisir le poignet et rester sur ce premier geste avant de le soulever du sol. Une autre indication est de pratiquer le début de la première « manipulation », « comme si on travaillait sur un bébé, sur un adolescent, puis sur la personne à son âge réel ».

Tout le stage a amené à expérimenter une grande variété de touchers et surtout à saisir les effets, les transformations et à comprendre l'importance de l'attention à tous les moments de transition. Les frontières entre les pratiques somatiques Feldenkrais®, le Body-Mind Centering® et le Body Weather se sont dissoutes, à la fois dans la méthodologie et dans la pédagogie. Cette évolution conduit peu à peu à effacer la distance habituelle entre enseignantes et participants et à instaurer un état de laboratoire, dans la réciprocité du travail.

## 29 septembre-20 octobre 2019, Sentier des Lauzes, Saint-Mélany : résidence d'écriture

Logé dans un berceau naturel, « situé dans un endroit isolé, à un quart d'heure du village de Saint-Mélany dans la région de Joyeuse, implanté sur un terrain en terrasses », sans eau courante ni électricité, l'atelier-refuge du Sentier des Lauzes<sup>24</sup> est dédié à la création autour du paysage, pour des résidences appelées laboratoires ». C'est l'occasion pour moi, Christine, d'une retraite, afin de pratiquer le *bisoku* et dans le but de rassembler mes écrits en vue de la restitution de la recherche en 2020.

Dans le dossier d'appel à résidence que je rédige pour le Sentier des Lauzes, je propose le thème suivant : « On dit toujours que l'on n'a le temps de rien. Qu'en serait-il si on prenait le temps de rien ? « Lenteur Angle Unique Zéro Effort Seule » trouve ses racines dans l'exercice du *bisoku* ou « lenteur extrême ». Je souhaite revenir à l'exercice quotidien et intensif pour être en tête-à-tête avec les questions et les observations qui en découlent, avec la nécessité de me repositionner comme une débutante, dans un esprit de découverte.

La lenteur comme une « trouée dans le présent<sup>25</sup> » est-elle une émancipation possible du contexte turbulent du monde actuel ? Émancipation plutôt que compensation ou antidote.

Comment, dans le cadre de micro-expériences, réévaluer les dispositions du corps, de la concentration ? Comment convoquer « l'intimité de l'étrange »<sup>26</sup>, la spontanéité du trait issu de la concentration ferme et continue ?

Est-il possible, au bénéfice de la solitude, des plis, recoins, plans, d'un territoire arrosé(e) de nuit ou de la lumière du jour, de s'expérimenter dans les micro-événements relatifs à la rencontre avec le lieu ? »<sup>27</sup>

Je fais référence pour cet exercice de soi à mon expérience au Japon en 1985, où, durant une semaine de retrait dans la montagne, je jeûne sans interlocuteur direct pour échanger, si ce n'est l'eau du torrent, le vent d'automne. Cet état de solitude a eu un effet de purge, d'érosion, de passages de seuils et de renouvellement dans la préhension du monde.

« La recherche actuelle que je mène avec une équipe est striée par les emplois du temps de chacune. Le manque de temps est le plus grand défaut auquel elle se confronte. En effet, il y a le temps de la pratique et le temps de l'intégration, le temps de l'écriture. J'ai besoin de revenir au point presque zéro de l'expérimentation par moi-même. Besoin de revenir à l'obstination d'une pratique et d'une seule. Besoin de parler au lieu avec la biologie de

24 – <http://surlesentierdeslauzes.fr/>

25 – Carla Bottiglieri, séminaire « Ceci n'est pas un cœur », 22 septembre 2018, présenté à Honolulu, Nantes, dans le cadre du programme de conférences et d'ateliers « Les somatiques ».

26 – *Ibid.*

27 – Christine Quoiraud, dossier de candidature au Sentier des Lauzes, 2019.

mon être. Besoin d'éroder son histoire. Besoin de l'affectation par le lieu, de la rencontre avec le lieu. »

Durant ce séjour en solitaire, je pratique la lenteur au quotidien et me concentre sur la rédaction des pages que je rassemble pour le dossier final de la recherche : interviews, sélection de fac-simile d'archives déposées à la médiathèque du CN D et un écrit sur le toucher.

Tout au long de ma carrière de danseuse-performatrice-chorégraphe, mes projets se sont toujours adressés au public dans un contexte de marges. De nouveau dans l'esprit des « rencontres-labo », je reçois une classe d'enfants le jeudi 3 octobre 2019 pour un parcours sensoriel et de mouvement dans la forêt et sur les terrasses alentour ; le dimanche 13 octobre, je propose une restitution publique aux visiteurs du Sentier : un atelier de Body Weather tout public, une performance in situ, une présentation d'archives liées à la recherche et la lecture d'un texte-poème rédigé pour le Sentier des Lauzes. Cette rencontre se déroule à l'atelier-résidence de musiques, Murmure des Lauzes <sup>28</sup>, de Vincent Guillo.

Le séjour qui débute dans la clémence automnale s'achève par des journées laminées par les orages d'une grande violence qui modifient totalement le paysage avec le vent et les ruissellements, les voies coupées par les chutes d'arbres.

Le lieu favorable au repli m'a offert un terrain d'expérimentation déterritorialisante où il a fallu inventer des lignes de fuite, éprouver les caprices météorologiques, les flux, la peur, tout en essayant de garder le flux de l'intensité, segment par segment.

## **24-29 octobre 2019, université Paul-Valéry Montpellier 3 & Théâtre La Vignette : colloque « Sciences cognitives et spectacle vivant » et stage d'initiation aux « manipulations » du Body Weather**

L'avant-dernière étape de la recherche se situe dans le cadre du 3<sup>e</sup> colloque international « Sciences cognitives et spectacle vivant »<sup>29</sup>, à l'initiative d'Alix de Morant (Rirra 21), Lionel Brunel et Jean-Marc Lavaur (Epsilon) de l'université Paul-Valéry Montpellier 3 et de Gabriele Sofia (Litt&Arts) de l'université Grenoble-Alpes. Ce colloque s'inscrit dans une démarche commune entamée depuis 2015 par les chercheurs en arts du spectacle du Rirra 21 et par les psychologues du laboratoire Epsilon afin de penser conjointement les avancées de la cognition depuis les arts vivants appréhendés comme des espaces d'expérimentation de techniques et de pratiques où, selon les disciplines et en fonction des situations, se développent sur le plan de l'individu et au niveau des échanges interrelationnels des qualités et des compétences pouvant se révéler transférables vers d'autres domaines de la société.

Cette troisième édition montpelliéraine a pour titre « Interactions et intégrations : acteurs-spectateurs en répétition sur scène et dans la salle ». Elle réunit des chercheurs, des praticiens et des artistes venus d'Italie, de France, du Portugal, d'Espagne et des Pays-Bas. Elle cible des terrains de recherche qui se démarquent des contextes habituels ; cela va de l'atelier de l'acteur au coaching d'entreprise, de la danse en EHPAD à la rééducation par l'exercice théâtral en milieu hospitalier. Alix et Christine présentent une conférence guidée sur les « manipulations », les resituant dans leur contexte d'origine, telles qu'elles ont été consignées en 1980 dans le Drive on à l'aide de textes descriptifs et de dessins. Elles invitent les participants au colloque à réfléchir à la nature du dialogue qui s'initie dans les « manipulations » comme à la relation qui se noue par le toucher entre partenaires, en zoomant de manière précise sur le terme « manipuler », en proposant notamment au public de tester un *bisoku* de la main.

Au Théâtre La Vignette, le chorégraphe Yann Lheureux présente en soirée une étape de création de son solo *Ici Soit-il*, performance que lui a inspirée la maladie d'Alzheimer de sa mère, une pathologie qu'il interroge au contact des patients et des soignants, s'installant en résidence dans des établissements spécialisés.

Les 26 et 27 octobre, le stage animé par Christine le samedi et par Moni le dimanche (celle-ci ayant rejoint l'équipe après le colloque) mêle des intervenants du colloque, des étudiants venus de Montpellier, Toulouse, Tourcoing, des enseignants de l'université et des personnalités de la communauté chorégraphique de Montpellier, soit une quinzaine de participants

qui goûtent aux premières séries des étirements appelés « manipulations » et à des exercices développés depuis le commencement de la recherche par Moni et Christine.

La première journée du stage s'inscrit dans la suite du colloque. Elle en est imprégnée par le fait même que la plupart des participants l'ont vécu. En effet, la notion de cognition incarnée qui dépasse l'habituelle et rassurante dichotomie corps/esprit et dont on peine tant à se défaire déborde des frontières imparties à la peau ou au cerveau pour mettre en jeu l'interaction avec l'espace et l'agentivité.

Ainsi, Bertrand Vérine a évoqué en linguiste sa propre expérience de non-voyant pour questionner la limitation, voire le silence de la langue dès qu'il s'agit de verbaliser le toucher, et a suggéré de développer une habileté discursive au service de l'habileté perceptive et corporelle. Eduardo da Silva, acteur, psychologue et chercheur, a convoqué Bernard Stiegler et démontré performativement la nécessité de se dés-individer. Philippe Goudard a suggéré d'abandonner le moi pour lui préférer le « soi-disant soi ». Transformant l'auditorium en agora, Germana Civera et les participants de l'atelier Corps en mouvement ont témoigné d'un « penser-ensemble ». Fabiola Camuti a explicité le rôle fondateur de la méditation dans la formation de l'acteur depuis la fin du XIX<sup>e</sup> siècle. Tiago Porteiro, lui, s'est consacré à exposer la méthode ViewPoint qu'il expérimente depuis plusieurs années, mettant en évidence ses liens à la danse post-moderne américaine. Toutes ces références, de même que l'observation, l'attention, la vibration, ont mobilisé les participants du stage qui découvraient samedi matin la centaine de petits filtres à cigarette blancs que Christine avait éparpillés dans l'espace du studio en guise d'entrée en matière : un changement radical d'échelle qui invitait à faire table rase de toute forme d'attendu pour s'inscrire dans un paysage et amorcer la question du toucher. Le dispositif impose lenteur et délicatesse. Au rythme de ce que qui se trame dans l'espace, Christine cite Yann Lheureux quand il parle de sa danse des os et des articulations, mentionnant son lien au Body-Mind Centering®, et Bertrand Vérine et Tiago Porteiro pour la place et la performativité du silence.

Après une première journée menée par Christine dans la ligne des enjeux du colloque, où sont abordés le bisoku, les deux premières « manipulations » et la notion de groupe laboratoire, Moni, le lendemain prend le contre-pied. Elle réintroduit dans le MB le fait que le mouvement ininterrompu et poussé jusqu'à la fatigue évince l'analyse mentale et permet d'atteindre un renouvellement de l'attention. On dépasse des limites, on rencontre des seuils, alors on déconditionne les comportements. Dans le contraste de ces deux jours, les propositions de Moni et de Christine ne se prolongent pas mais se confrontent. C'est là aussi le sens du Body Weather que d'être dans la question, dans l'énaction entre partenaires, comme d'ailleurs dans les « manipulations ».

## 25-29 novembre 2019, Pa-f, Saint-Erme : résidence d'écriture

### En guise de conclusion

Le groupe se retrouve de nouveau au Pa-f pour la synthèse et la préparation de la restitution publique de la recherche. Katerina Bakatsaki est de nouveau présente dans son rôle de facilitatrice.

Cette résidence a plusieurs objectifs : l'examen de la sérigraphie réalisée par Costanza Matteucci, l'édition des carnets composés par Kangrong He, le lissage de cette synthèse et l'articulation de la présentation au CN D. Le 29 novembre, l'équipe a l'occasion de faire une première présentation publique à l'invitation de La Chambre d'eau, ce lieu qui a accueilli Christine plusieurs fois et soutenu la recherche. La soirée combine le finissage de l'exposition d'Élise Peroi<sup>30</sup> à la Maison d'accueil du Valjoly et cette présentation.

À entendre les différents textes produits dans la perspective d'un partage public, on comprend que durant cette recherche, chacune a éprouvé le besoin de s'exprimer à la première personne. Au-delà du postulat initial, les quatre chercheuses envisagent déjà les prolongements de la recherche :

- pour Moni, il s'agit de développer une recherche sur la biotenségrité dans ses diverses pratiques professionnelles : yoga, méthode Feldenkrais®, Body Weather ;
- pour Marina, cette recherche confirme le projet qu'elle entreprend au sein de l'association (n) d'ouvrir un lieu artistique autosuffisant dédié à la création, à la recherche et au travail de la terre ;
- pour Alix, il s'agit de persévérer dans une analyse des savoirs incarnés, au travers d'une approche philosophique et phénoménologique de l'attention.
- Christine, enfin, persiste dans l'étude du corps, dans l'approfondissement de la connaissance par le toucher et poursuit son parcours artistique.

Au-delà du projet « Le Body Weather, pratique contemporaine : un laboratoire du toucher », notre équipe a été traversée et bouleversée par la question de l'engagement, non seulement dans sa fidélité au passé mais en résistant à la tentation de le reproduire. En résistant au concept même de fidélité, nous n'aurons pas perdu de vue le cap de l'exigence. L'état de la recherche c'est un présent, un présent toujours dépassable, bousculé sans cesse par le foisonnement des découvertes, en plusieurs lieux de la planète, simultanément.

Dans le studio, le moyen de résister fut l'introduction des pratiques somatiques au regard des questions qu'elles posent au Body Weather, et cela dès la première consigne de la première manipulation : « Prenez les poignets, tirez vers vous, tournez vers l'intérieur ». Dit en Body-Mind Centering®, cela pourrait être : « Entrez en contact avec la peau de votre partenaire au niveau des

poignets. Passez sous la peau, descendez dans les couches, allez jusqu'au périoste, couche extérieure des os, etc. ».

En Feldenkrais®, ce sont les mots qui touchent, il n'y a plus de partenaire. Le vocabulaire somatique oriente la pratique du Body Weather différemment mais lui donne aussi une autre constitution.

Accompagnant et informant la recherche, les archives de la période japonaise 1985-1990 du fonds Christine ont été beaucoup consultées, ainsi que les thèses ou mémoires de Peter Snow, John Zack Fuller, Neil Callaghan. Pour les périodes plus récentes, plusieurs des entretiens avec Tanaka Min, les archives filmées des projets corps/paysages des anciens du Maï-Juku, les conversations nourries avec Tess de Quincey, Oguri, Frank van de Ven, Katerina Bakatsaki ont étayé et questionné l'avancée de nos travaux. Les archives que nous avons, à notre tour, produites viennent s'ajouter et dialoguer avec celles du passé. Elles peuvent donner matière à un projet d'édition.