

« CRÉER EN COLLECTIF : QUELS PROCESSUS ET QUELS ENJEUX ? »

avec Anne De Buck et Adriá Cordoncillo



Les artistes ; tous deux ont été membres de la Compagnie XY. Ils développent aujourd'hui des projets personnels, et restent compagnons de route de ce collectif.

Plus d'infos : <http://www.ciexy.com/le-grand-c/#Equipe>

MATIN

En cercle, présentation rapide de la journée, des intervenants et des organisateurs.

Donner des outils en commun sous forme d'expérience : temps d'expérimentation, temps de création et temps d'échange.

TEMPS 1 : ÉCHAUFFEMENT et MISE EN ROUTE : « RÉVEILLER LE CORPS »

→ 2 cercle concentriques, face à face, par 2, 1 personne debout immobile ,1 personne qui « réveille le corps » de l'autre, d'abord en frottant bras et jambes (« balayer ») puis en tapotant doucement (poing fermé, poignet souple) sur les différentes parties du corps (jambes- dos-bras) « rebondissant », puis en exerçant des petites pressions sur les différents muscles et articulations.

Changement de partenaire en faisant un pas sur le côté pour l'un des cercles.

1 personne reçoit (ancré mais relâché : « sentir les racines dans la terre » / 1 personne donne
Massage du crâne pour terminer, finir vers le haut « ouvrir les racines vers le ciel »

→ Toujours en cercle, par 2, côte à côte en contact, **aller doucement au sol ENSEMBLE.**
« poids » « lenteur » « goûter l'arrivée au sol » « minimum d'effort, maximum d'écoute ».

Changement de partenaire en se déplaçant sur le cercle pour ceux qui sont à l'intérieur : entrée en contact avec l'autre et faire connaissance

Consigne : trouver un contrepoids partagé. Ecoute des corps (pas de paroles) et aller jusqu'à l'immobilité au sol.

Variantes : démarrer face, dos, côté.

REMARQUE : l'ensemble du groupe se met à l'écoute sans qu'on en ait parlé : début en même temps, temps au sol long.

Ensuite, faire l'ALLER-RETOUR: aller au sol doucement, rester au sol en silence, immobilité puis remonter toujours en contact.

Consigne : être à l'écoute des corps et être bienveillant.

Expérimentation du voyage. Tout chemin est valable, pas de notion de « réussi / raté »

Changement de partenaire - rencontre. Connaissance de l'autre dans les corps.

→ Départ en fond de salle, par ligne de 3-4 personnes. Traversée dans la longueur : **expérimenter la descente au sol seul.**

Consignes : ne pas réfléchir, être dans le ressenti, être à l'écoute de son corps : « doux, lent, ne pas cogner le sol ». « Chercher différents chemins ». Garder la vision périphérique.

Prendre conscience de la respiration, des appuis. Est-ce les mains, les jambes qui vous emmènent au sol ? Avec quelle énergie ?

Lorsqu'on se sent à l'aise, travailler sur différents rythmes et énergies (sauts, accélération/ ralentissement)

« Ça aide d'avoir des choses qui tournent » (spirales)

→ Traversée avec des **sauts** : Impulsion 2 pieds (saut en extension). « Allez chercher la force dans le sol ». Montée des bras « aide pour aller vers le haut » (alléger l'impulsion).

Variante par 2 : la personne se place derrière pour aider, accompagner le saut. « Ralentir le saut du partenaire ».

Consignes: Pour le voltigeur : ralentir l'impulsion.

Pour le porteur : se rapprocher du voltigeur (« mon centre sur son centre ») et plier les jambes, agir avec les jambes. Essayer de ralentir le temps du saut du voltigeur. Poser les mains avant le saut, contact en bas des côtes (sous le centre de gravité)

Idem mais à 2 en changeant de rôles, trouver la circulation (je passe devant en marchant et je saute)

Changer de partenaire pour expérimenter différents corps : « n'ayez pas peur de travailler avec quelqu'un de plus lourd que vous, ce n'est pas un problème ».

→ Par 2, marcher doucement ensemble puis 1 personne décide d'aller au sol et l'autre l'accompagne dans sa descente puis dans sa remontée. Un qui impulse, propose, l'autre qui accompagne.

« Laissez la tête, l'esprit, en stand by, laissez les corps agir ».

Changement de rôles, expérimentation, bienveillance dans l'accompagnement et le contact.

Changement de partenaires.

Consignes : Essayer différentes trajectoires, postures, contacts. Se laisser accompagner.

TEMPS 2 : EXPÉRIMENTATIONS PORTÉS

→ 3 groupes de 7 : « **LA BOUTEILLE** »

Travail sur Equilibre-Déséquilibre, confiance.

1 personne se place au milieu, pieds fixés, ancrés au sol, corps gainé, yeux fermés. En silence (important).

Les autres forment un cercle autour, et la font « osciller » en gardant 1 contact avec les mains et le haut du buste.

Explorer les différentes orientations, directions.

« Montrez bien que vous êtes là ».

Au bout d'un moment, donner plus de dynamisme.

À la fin reposer la personne bien au centre, sur ses appuis, équilibré.

Consigne : on peut se mettre à plusieurs à accompagner les déséquilibres de la personne. Autour : appuis écartés, jambes fléchies.

Chacun passe au centre et expérimente.

REMARQUE : on sent des différences, chacun constate qu'on est parfois plus à l'aise dans un rôle de porteur ou de porté.

→ Par groupe de 3, démarche sur quelques pas PUIS 1 personne s'immobilise, pieds ancrés dans le sol, et lève les bras, les 2 autres viennent au contact et l'accompagnent doucement au sol.

Consigne : être à l'écoute et se repositionner si besoin (déplacement d'un pied par ex) pour accompagner la personne au sol.

→ **PORTÉ COLLECTIF appelé aussi « PAR SOTÁ »** (technique Catalane)

Par groupe de 4-5 : 1 voltigeur (V) et 3-4 porteurs (P)

Position des porteurs :

P devant mains au dessus des genoux P derrière : mains sous le pli des fesses

P sur les cotés : une main sur le devant de la cuisse au dessus du porteur avant, une main sur l'arrière de la cuisse en dessous du porteur arrière.

Voltigeur au centre et 2 devant, 2 derrières. Les 4 porteurs sont 4 piliers d'une cathédrale.

Conseil : mettre face à face des P au gabarit équivalent, pour une poussée équivalente.

Les P vont exercer en même temps sur le voltigeur une force vers l'avant et vers le haut tout en se redressant en poussant dans les jambes (poussée en diagonale)

Consignes : synchroniser les forces des porteurs/ pousser dans les jambes et en même temps tendre les bras pour s'économiser/ le voltigeur est tonique.

Avoir une respiration commune.

Remarque : on peut doubler les porteurs en plaçant un deuxième porteur derrière le premier qui le soutient au niveau des avant-bras.

→ **Evolution : COLONNE À 2 montée PAR SOTÁ** : une fois le voltigeur en haut, un 5ème porteur peut venir se placer sous lui pour former une colonne à 2, puis le voltigeur sera repris par les porteurs de départ.

Consignes P dessous : le porteur se glisse et prend les pieds du V. Puis il place ses mains derrière les genoux du V.

Quand on est bien équilibré, qu'on se sent à l'aise, on le dit les autres porteurs lâchent le V.

Consignes V : serrer les talons, donner son poids vraiment. Mettre du poids dans les talons.

Consignes pour tous : ne pas tous parler. Communication entre le P et le V à privilégier.

« Ce qui nous intéresse, c'est le processus du groupe, ce qui se met en place, pas la performance du résultat. »

→ « **PAS TOUCHE TERRE** » 3 groupes de 7 :

1 personne va « voyager » sans toucher terre en s'appuyant sur ses partenaires qui lui proposent un chemin (positions différentes du corps). Le voyageur trouve le chemin grâce aux autres qui proposent différentes parties du corps.

Le voltigeur avance en choisissant son chemin. Pose de pieds (ou autre) sur les différentes parties du corps proposées par les positions des porteurs.

Tout est possible (positions / appuis) si on tient compte des réactions des uns et des autres.

Prendre le temps.

Possible de terminer en colonne à 2, mais pas forcément...

Consigne : accompagner au maximum le voltigeur dans ses appuis pour la sécurité.

→ **SE CONNAÎTRE AUTREMENT**

Se placer sur 1 ligne en fonction de : « *À quelle heure vous êtes-vous levé ce matin* »

Se placer du plus tôt au plus tard.

Ensuite, on ferme la ligne dans un cercle. Donner son prénom, son heure de réveil pourquoi on s'est réveillé à cette heure.

2^{ème} question: tour de cercle, on redonne son prénom et on répond à la question « *Comment je me sens maintenant* »

3^{ème} question: donner une année décisive qui marque « *l'intérêt pour la création dans sa vie.* » et se replacer sur une ligne. On referme la ligne en cercle en précisant l'année et le pourquoi.

→ « **VOYAGE dans les AIRS** »

3 groupes de 7 (définis par Anne qui a donné des numéros aux personnes dans le cercle : 1-2-3),

1 personne va faire un voyage dans les airs, il a les yeux fermés : se laisser porter et guider par tout le groupe (différents niveaux, hauteurs, corps tonique mais relâché).
Être à l'écoute du groupe et de celui qui est porté.
Fin du voyage dépose au sol, tranquillement.
Pour celui qui est porté : accepter la proposition.
Pour ceux qui portent : en douceur.

APRES-MIDI

TEMPS 1 : SE REMETTRE EN ROUTE

Marche dans tout l'espace de la salle, occuper l'espace. Regard ouvert vers les autres.

Marche « calme » : c'est la vitesse 1.

On introduit des actions au signal donné par Adriá :

1 clap : je prends le temps de m'allonger, je reste 1 seconde au sol, je me relève et je reprends la marche.

Consigne : « trouve le chemin le plus court sans effort pour remonter. »

Ne pas perdre l'intention d'occuper l'espace vide.

Marche plus soutenue : vitesse 2

2 claps : saut en extension.

(alternance signaux)

Vitesse 3 : on trotte.

Consigne : attention de ne pas tourner en rond. Garder le regard ouvert vers les autres

L'alternance des signaux (claps) continue, combinée avec l'alternance de vitesses de déplacement : 1 (marche lente), 2 (marche soutenue), 3 (trotter), 4 (course, urgence d'occuper les espaces libres)

Consigne : être attentif au regard des autres

Écouter sa pulsation cardiaque, être à l'écoute de soi-même.

Vitesse 1, revenir en cercle calmement :

S'étirer, enrouler le dos, dérouler, souffler, inspirer.

TEMPS 2 : ÊTRE À L'ÉCOUTE

SANS PARLER.

Reprise de la marche pour occuper l'espace vitesse 1.

« Sentir l'air autour de soi. » Prendre conscience de son environnement, dedans, dehors.

Sentir la qualité du sol sous les pieds « on écrase le sol, le sol nous porte... »

On croise certains regards tout restants conscients de ce qui se passe autour.

Trouver un arrêt commun et redémarrer ensemble. Comment « attendre » le groupe pour redémarrer ensemble.

Ensemble trouver différentes dynamiques, différentes vitesses de marche, y compris la très grande lenteur.

ÉTAPE 2 : au prochain arrêt, choisir quelqu'un qu'on regarde (même si la personne ne nous regarde pas). On repart à l'écoute

ÉTAPE 3 : Idem puis on va prendre la main de la personne regardée. On repart à 2 à l'écoute : on attend d'être tous ensemble pour reprendre la marche à 2.

Prendre conscience de ce que forment les déplacements dans l'espace : lignes, courbes...

Prendre le temps entre chaque étape.

Être très présent dans ce qu'on fait. Proposer mais pas trop.

REMARQUE : le changement de vitesse permet d'affiner encore l'écoute. Ça met le groupe en urgence.

ÉTAPE 4 : on continue à suivre les consignes précédentes. Quand quelqu'un lève les bras, il va tomber en arrière.

L'ensemble du groupe le regarde et les 2 personnes les plus proches viennent l'accompagner au sol. Tout le groupe le regarde. La personne au sol prend le temps pour se relever puis c'est elle qui donne le signal de la reprise de la marche pour tout le groupe.

Variante : Ceux qui ont accompagné la personne qui tombe le relèvent, et c'est alors lui qui fait redémarrer l'ensemble du groupe : « donner de l'élan au groupe » (vitesse).

ÉTAPE 5 : Tout le groupe n'est pas obligé de s'arrêter, quand quelqu'un lève les bras.

Plusieurs personnes peuvent lever les bras.

Consignes : quand on a décidé quelque chose on l'assume jusqu'au bout. « Ne laissez pas le groupe se déliter ».
Changer les vitesses, les rythmes.

Vigilance : « faites en sorte que la chute de quelqu'un provoque quelque chose dans le groupe ».

Attention : pas trop de propositions à la fois ! Garder la vigilance pour garder l'écoute dans le groupe.

ÉTAPE 6 : on ajoute une possibilité d'action : quand quelqu'un frappe sur ses cuisses, il va sauter. 4 personnes viennent l'accompagner (comme une touche de rugby).

Consignes : on choisit si tout le groupe s'arrête pour l'événement ou pas. Le groupe a le choix, mais ENSEMBLE. Varier les déplacements possibles (vitesses), mais tout le groupe ENSEMBLE.

Prendre conscience des événements qui se produisent, et quand c'est difficile, prendre conscience que c'est difficile pour le groupe.

Variante : l'espace rétrécit. Conséquence : quand on est très proche il est difficile d'avoir conscience de tout ce qui se passe.

ÉTAPE 7 : on ajoute la possibilité de s'organiser pour faire une colonne à 2 lorsque le voltigeur est en l'air. Le groupe s'organise dans l'instant.

ÉTAPE 8 : on ajoute la possibilité pour le voltigeur en haut de se laisser partir en arrière, les autres le rattrapent, l'accompagnent, l'accueillent. Condition : il faut que la colonne soit bien installée.

Consigne au voltigeur : bras croisés sur la poitrine avant de partir en arrière.

TEMPS 3 : CREATION EN GROUPES

1 heure pour écrire ensemble quelque chose sur la base des matières traversées depuis ce matin (vocabulaire commun), mais aussi d'autres choses « à vous ». Thématique possible : Chutes/élévation.

3 groupes de 7 (définis préalablement)

Proposition de méthode :

Une personne fait une proposition et on la tente. Exploration ¼ heure.

On poursuit avec une seconde proposition puis une troisième.

Le dernier ¼ heure, on écrit les choses.

Consigne : On dit OUI à toutes les propositions a priori. On essaye. Si la proposition ne fonctionne pas, on rebondit sur une autre idée.

TEMPS 4 : RESTITUTIONS DES 3 GROUPES

REMARQUES :

- Attention et écoute autant du côté des interprètes que des spectateurs.
- Question du regard extérieur : qu'est-ce que ça renvoie du point de vue du spectateur ? Dans la création avoir « un regard extérieur » permet d'avancer dans le projet.

TEMPS 5 : ÉCHANGES AU SEIN DE CHAQUE GROUPE

Chacun répond aux questions suivantes de façon spontanée :

- Comment je me suis senti.e ?
- Quelle a été ma place ?
- Où le groupe me poussait ?
- Où j'aimerais être ensuite dans le groupe ?

Consignes : chacun dit ce qu'il a ressenti, chacun écoute la parole des autres sans intervenir, pas d'échanges.

TEMPS 6 : DES OUTILS MÉTHODOLOGIQUES

En grand groupe.

- 1- Avoir un langage commun, un vocabulaire commun, ce qui nous lie, une expérience commune par le corps.
- 2- Une méthode ? elle est propre à chaque groupe. Aujourd'hui, on a expérimenté 1 propose – tous essayent, le OUI a priori. Il est possible qu'un leader apparaisse. Après chaque expérience, on en parle, idée d'alternance ACTION / DISCUSSION. On essaye puis on fait des choix ensemble.
- 3- Notions de hiérarchie réelle (décidée) / hiérarchie symbolique (pas décidée qui émerge) au sein du groupe. Juste noter ça , en avoir conscience, sans jugement. Savoir quelle est ma place au sein du groupe, si elle me convient, pouvoir le dire au groupe. Faire des pauses pour questionner ça. Ne pas projeter, mais plutôt observer pour partager, sans affect, sans jugement ni sur soi-même ni sur les autres. On ose, on essaye.
- 4- Importance de l'expérience du FAIRE, l'expérience du CORPS. Ne pas trop analyser avant.
- 5- Avoir un projet commun, c'est partager des finalités, mettre en place des objectifs, des actions (qui peuvent être différentes au sein du groupe), mais pas forcément partager des valeurs. Avoir cela en conscience et le dire permet d'éviter certains écueils quand on mène des projets collectifs (de création ou autre). De la même façon, l'engagement de chaque membre du groupe dans le projet peut ne pas être identique. Important aussi de le verbaliser, de le noter pour l'avoir en conscience.
- 6- Quelle façon de communiquer ? Dans notre société occidentale, on a l'habitude de fonctionner sur le mode de l'argumentation, thèse-antithèse-synthèse, ping-pong verbal. Pourquoi pas écouter chacun jusqu'au bout, ne pas répondre, attendre d'écouter chaque membre du groupe, le ressenti de chacun avant de reprendre la parole ?
- 7- Dans un collectif, il est très important de revenir en cercle pour dire le ressenti de chacun et l'entendre. Pour se sentir un collectif : entendre la parole de chacun, chacun a sa place.
- 8- Choisir : consensus / vote ? En Occident pour des raisons « d'efficacité » on a choisi le vote.
Le choix du consensus, ce n'est pas tuer la parole de l'autre (comme c'est le cas pour le vote), c'est un processus. Prendre le temps, ce n'est pas du temps perdu. Laisser le temps pour prendre la décision.
- 9- Outil : le bâton de parole. Laisser chacun terminer sa prise de parole, écouter jusqu'au bout, et pas forcément besoin de « répondre ».

Sur ces questions méthodologiques, vous trouverez sur le site du PREAC (<http://preac.crdp-lyon.fr/danse/>) des documents à télécharger dans la rubrique FORMATION – Séminaire national 2017- Atelier méthodologique avec l'Association Idées.

Des points techniques explicités par des photos à propos des portés figurent aussi dans le compte rendu de ce séminaire 2017.