

Atelier avec Suzanne COTTO, ECITE 09 in Omskirk, GB

« Around, in and out of CI »

L'espace du corps, le corps de l'espace, en relation avec le CI et la thérapie manuelle

Les relations à notre matière, à toutes les matières, socle de l'improvisation, voilà ce qui m'a totalement séduite en dans le CI.

Après les premières années de découverte, nous avons fait beaucoup de recherche avec l'Atelier Contact à Paris (1978-1988) sur les sujets : comment se surprendre, déjouer les habitudes, être en état créatif ... et, qu'en est-il de la gestion de l'espace

L'approfondissement de la connaissance du fonctionnement du corps humain est une des clefs que j'ai développée depuis.

Pour ce cours je retiens deux événements fondamentaux parmi mes toutes premières expériences en CI :

- La découverte dans un cours de Steve Paxton, de la capacité d'intervertir les rôles mains-pieds pour préparer à l'équilibre sur les mains. On échauffait ses mains et on allait dans ses pieds pour les vivre comme des mains, et réciproquement. J'ai adoré cette capacité incroyable de suggestion et son b étonnante efficacité dans l'action.
- Les explorations « mains-regard » proposées par Lisa Nelson qui ont été une piste formidable pour rendre palpable l'espace.
Et sa proposition interrogative : « Quand vous regardez est-ce que vous improvisez ? »

J'envisage donc deux temps de travail :

1. Les mains et le corps

Pour étudier l'ostéopathie crânio-sacrée après huit ans de CI, je me suis aidée de la danse.

Comprendre les mouvements des os du crâne est assez complexe.

J'ai imaginé notamment tenir un énorme frontal entre mes mains et simultanément sentir ses mouvements dans mon corps. Il m'a fallu une danse pour y arriver. La connexion entre les mains dansant dans l'espace et mon frontal s'est tissée et je suis « entrée » dans une histoire comme Alice au pays des merveilles. Un autre jour, c'était une danse différente, de même si c'était dans le silence ou avec de la musique seule ou en contact, que l'autre le sache ou pas.

Je me suis entraînée depuis à toutes sortes de concentrations de ce type qui sont une belle source d'invention.

C'est dans cet esprit que je propose une exploration manuelle de la texture et de la densité de notre matière la plus concrète (os, muscles, organes, fascias, connexions crânio sacrée) à la plus subtile (flux, réseaux énergétiques, regard, etc...) comme chemin vers la danse.

Par ses mains, écouter et agir sur la matière, recevoir des informations, aller dans le sens des tensions ou à l'inverse, négocier, stimuler, interroger. Engager le corps à s'emparer de ces qualités.

2. Les mains et le regard

Les mains, outils subtils et puissants sont des médiateurs précieux. Leur amitié se retrouve à de nombreuses occasions dans toutes les cultures. On dit bien « être touché par le regard de l'autre ».

J'aimerais qu'on explore ensemble une belle transition entre le toucher et le regard : les mains adoucissant le passage entre notre regard intérieur et la vision de l'extérieur, puis aidant le regard à s'aventurer dans l'espace.

Background

Je danse depuis l'âge de sept ans et les styles que j'ai appris sont restés bien vivants en moi.

Avant de pouvoir danser professionnellement, j'ai obtenu un diplôme de physiothérapie (1976)

La rencontre avec le CI (1978) a été fondamentale: il n'y avait pas de chef mais des gens passionnés par l'exploration de la matière physique et de ses capacités réactives et qui avaient envie de partager cette aventure. J'ai été totalement séduite par l'invention sans cesse renouvelée de formes, de situations de communications à condition de pister l'état de recherche.

Plus tard, un ami physiothérapeute et acupuncteur venu à mes cours, inspirés du CI, a trouvé une étonnante correspondance avec l'ostéopathie crânio-sacrée qu'il était entrain d'apprendre. Cette observation m'a jetée dans une formation de trois ans (1985-1988) en ostéopathie, acupuncture et homéopathie.

Au fil des années passées à soigner des danseurs, j'ai développé ma propre méthode de soins manuels de même que ma propre approche de la danse, les deux nourries parallèlement par toutes les expériences corps/mouvement que j'ai pu aborder. C'est-à-dire différents styles de danse (classique, jazz, claquettes, moderne, post-moderne, Cl...), les pratiques corporelles à composante énergétique (Yoga, Taïchi, Qi Kong) et les techniques de « bodywork » (BMC, Fasciathérapie, Feldenkreis, Alexander etc...)

Propositions de séances individuelles (50 €)

Les séances sont une danse dans laquelle j'ai une responsabilité particulière dans l'harmonisation du corps de l'autre.

suzanne.cotto@free.fr

<http://www.suzannecotto.com/>

Danser seule, en contact, dans des fêtes, en performances, dans ma cuisine, ce n'est qu'une déclinaison d'un même état : pure jubilation.