



## Contact, Porté et Manipulation

### Catherine Dubois

*Chaque fois que tact et contact en retour acquièrent la justesse d'une note chantée au plus juste, le toucher devient une création : cela lui donne un caractère d'unicité, vécue comme un avènement.* Josy-Jeanne Ghedighian-Courier

#### Objectif

Inviter les participants à une aventure en mouvement, en duo entre contact et poids du corps.  
Inviter le duo d'acteurs physiques à expérimenter dans leur chair, dans l'échange des poids, le monde sensoriel et émotionnel qui surgit.  
Aller à la découverte des vertus dramatiques de ce langage primitif que sont le porté et la manipulation des corps. Jouer à deux, entrer dans le monde de l'autre, retrouver ce plaisir primitif et jouissif de deux corps en mouvement.  
S'inspirer du jeu des corps, de cette matière première physique pour en extraire une histoire de théâtre, une comédie ou une tragédie du poids et du tact.

#### Contenu / programme

Le travail démarre par un moment dédié à la prise de conscience de son propre mouvement, *méthode Feldenkrais*, pratique d'éducation somatique. Porter attention à l'organisation du corps en mouvement en observant la mobilité du squelette, la sensation du poids, des appuis et de leur répartition, et aussi la respiration, le regard.

Il s'agit d'atterrir en soi et de se porter soi-même afin d'être disponible pour explorer à deux.

#### Matière physique explorée :

**Contact** : expérimenter différents touchers, la peau, le muscle, les os comme moyens d'entrer en relation avec l'autre.

**Poids du corps/ appuis/ contrepoids** : jouer avec son propre poids, donner ou recevoir le poids de l'autre. S'alléger ou s'ancrer selon si on est porté ou porteur. Jouer avec le déséquilibre et le contrepoids en pression ou en traction pour créer un nouvel équilibre à deux.

**Sauts** : sauter sur l'autre, son dos, son flanc, ses épaules selon l'équilibre des forces entre les deux partenaires. Saut simple, répété, repoussé. Avant, pendant et après le saut. Le saut est une rencontre fugitive.

**Manipulation** : jouer à manipuler le partenaire, du corps inerte au corps tonique, entre abandon et résistance. Jouer avec l'univers et l'imaginaire marionnettique.

**Le corps espace** : trouver ses appuis sur le corps de l'autre comme une île, jouer à répartir son poids. Marcher sur porteur fixe ou en mouvement. Explorer le corps maison, le corps paysage.

#### Atelier

Mettre en jeu différentes combinaisons physiques en duo. Ecouter, repérer ce qui se tisse comme histoire entre les deux protagonistes, selon la nature de l'engagement physique, les résonances émotionnelles et le jeu d'acteur.

S'inspirer de textes, d'images, de musique pour nourrir la fiction.  
Clarifier par l'écriture, la composition et l'interprétation le lien qui se tisse entre le dramatique et le physique. Ecrire des compositions en duo courtes.



### **Public**

Acteurs professionnels ou amateurs éclairés des arts du Geste, acteurs du spectacle vivant , étudiants en mime, théâtre, cirque, marionnettes, danse, etc...

### **Pré-requis**

- Avoir une expérience de jeu sur un plateau de théâtre
- Avoir une pratique physique ou sportive régulière

### **Modalités pédagogiques et intervenants**

Formation en présenciel dans une salle de travail destinée au mouvement ( groupe limité à 20 participants)

Alternance entre un temps individuelle d'échauffement , des temps techniques de travail en duo et des temps d'atelier en improvisation ou composition.

Une intervenante, professionnelle de la discipline en question.

**Dates :**

**Durée : 30h ou 36h**

**Horaires : 10h- 18h**

**Lieu :**

**Tarifs :**