

Tango, un voyage à travers les 3 cerveaux, une alchimie de sensualité

Une 1ère initiation au printemps dernier m'a donné le goût du tango et l'envie de continuer. Ce n'est qu'en octobre que j'ai trouvé un cours collectif à un horaire qui me convenait. Nous sommes un nombre égal d'hommes et de femmes, et à part 2 ou 3 hommes plus avancés, nous apprenons tous en même temps ; certains cours sont intéressants, d'autres plutôt répétitifs à la limite de l'ennui, aussi en décembre ai-je décidé de reprendre contact, pour des cours privés, avec le professeur avec qui j'avais fait l'initiation. Même si j'étais très en résistance lors de cette initiation, sa sensualité ne m'avait pas échappé.

Le récit qui suit est une tentative de retracer mon expérience de l'apprentissage du tango à la lumière du modèle des 3 cerveaux (cognitif, sensori-moteur et viscéral)

1ère leçon:

- oohh, on danse si proches? Dans le cours collectif on a plus de distance ! (début de la résistance)

J'ai besoin, pour apprendre un pas, de le comprendre mentalement et de me le représenter dans l'espace (enfin, c'est ce que je crois). J'ai besoin de visualiser les dessins, les lignes, les cercles et les arabesques que dessinent mes pieds sur le sol, de mémoriser l'enchaînement des pas de façon linéaire, d'abord le pied gauche en avant, puis le pied droit sur le côté, le gauche en arrière, et ainsi de suite (c'est encore ce que je crois). Mais même l'ordonnement linéaire ne suffit pas, puisque chaque mouvement est le résultat d'un ordre de mon cerveau à mes muscles, comment puis-je être sûre de donner l'ordre correct ? Quand mon pied gauche est croisé devant mon pied droit, je ne le reconnais plus comme gauche, je dois donner l'ordre plus haut, à la cuisse gauche qui, elle, est restée sur le côté gauche.

-Bon, alors où est-ce que je pose mon pied gauche? Et qu'est-ce que

« - chhí »

-Mais j'ai besoin de savoir, de comprendre

« - chhí »

- Maisí maisí

« - chhí » sa main contre ma bouche m'empêche de continuer. Je me sens dans une révolte impuissante, je ne vais jamais y arriver si je ne peux pas analyser

« - arrête de faire l'intellectuelle, laisse toi juste sentir, ferme les yeux. »

-mmí mm, une dernière résistance derrière sa main, puis j'abandonne. A la seconde même où je ferme les yeux, je suis à l'intérieur de moi, d'un univers immense et j'ai tout un espace pour me concentrer sur ses mouvements, je ressens ses signaux, je les comprends. Nous sommes en harmonie, les mouvements ne sont qu'un, nous sommes ensemble dans une alchimie des sens, dans une fluide unité. Pendant quelques secondes, puis je tente de revenir aux commandes de mon corps.

í Ah, oui je reconnais, c'est un ocho cortado, c'est comment déjà? Après ce qui a l'air d'un demi-pas, je tourne vers la droite et je reviens en face en croisé. Mais ma tête est beaucoup trop lente, mes pieds sont déjà 3 pas plus loin, même si je ne peux pas mettre de nom sur la figure que je suis en train de faire. Alors encore une fois je décide de lâcher le contrôle du mental et je laisse mon corps répondre aux signaux qu'il reçoit, je trouve une nouvelle façon d'être présente et de nouveau, 2 corps évoluent ensemble comme dans un accord parfait.

Et petit à petit, je perds le sens de la dualité, mes pieds se déplacent comme par eux-mêmes. Je suis comme au centre d'une bulle qui s'étend et qui s'étend, une cathédrale, un univers, dense, vibrant de toutes les ondes de chaque cellule de mon corps, ai-je d'ailleurs toujours un corps? Voilà maintenant que je flotte, tourne, glisse au-dessus du sol en l'effleurant à peine, comme sur un nuage.

Dans l'état océanique dans lequel je flotte, les contours de la dualité se sont estompés, je ne suis consciente que de mes perceptions d'unité, de vastitude dans l'instant. Est-ce du champagne qui coule dans mes veines? Quel est ce nectar qui fait fleurir toutes mes cellules? Et cette chaude petite fontaine qui s'élève au milieu de moi, irradiant toutes mes fibres dans une hymne à la vie. Chacune de mes cellules se gonfle jusqu'à explosion, je suis entièrement ce feu liquide se consumant intensément, suspendue dans une transe. Le où s'ouvre dans un instant infini d'amour, je baigne dans les délices d'un état extatique.

- « C'est bien de s'abandonner, mais sans fondre complètement, garde ton tonus, utilise tes abdominaux. »

Une voix qui vient de loin et de tout près à la fois, qui me ramène dans une conscience sensori-motrice de mon corps, de mes muscles, je reviens dans la dualité, dans l'effort conscient d'un accordage avec un autre corps. Puis je me fonde à nouveau dans l'unité. S'il m'arrive d'ouvrir les yeux, je perçois dans le miroir le reflet de deux corps qui dansent, si différents de l'extérieur que je ne reconnais rien de mon expérience intérieure.

í Ooh, serrés comme ça? C'est normal?

í tais-toi ma tête, lâche prise, plus rien n'a d'importance

í non, mais quand même, il faut garder le contrôle.

í tais-toi ma tête

- « Tu n'es plus avec moi »

í c'est vrai, encore une pensée qui me sépare, qui m'empêche d'être présente

- « maintenant, je veux que tu perçoive des signaux encore plus subtiles, mets tes mains dans le dos. »

Nos corps ne se touchent plus, seuls nos visages sont proches et nous dansons sans autre contact que le pont invisible entre nos deux souffles. Je me laisse porter comme si je pouvais m'y accrocher. Je me laisse guiderí ocho adelante, atrasí .mais insidieusement une pensée s'insinue: ça ne va pas un peu loin? A la seconde même, je suis perdue, je me retrouve seule, sans guide, copiant maladroitement des mouvements que je ne reconnais pas.

- ¿Où es-tu? Reste avec moií ö

Et à nouveau nous glissons et tournoyons avec fluidité, effleurant à peine le sol et j'ai complètement renoncé à connaître le nom des figures que dessinent mes pieds.

Chaque pensée, chaque intrusion du mental m'extrait brutalement de l'état viscéral de présence intuitive. J'y retourne en passant par une conscience sensori-motrice, de mon corps et de mes sens, puis en acceptant de lâcher tout contrôle et de me laisser guider. Ce sont alors des instants jubilatoires, mais fragiles, d'état de grâce.

-Tu vois, c'est ça le tango, mais attention, c'est une drogue..

í une drogue, oui sûrement, mais tellement délicieuse í et s'il y a danger, je suis prête à le risquer!

Annalisa

Février 2011