

Embodied Talk, Montréal, 3 mai 2019.

Je suis née en Suisse. J'y ai vécu jusqu'à mes 19 ans, avec quelques années en France dans ma jeune enfance.

En Suisse, on est toujours à l'heure. J'ai été éduquée à être à l'heure et même, en avance.

Le temps c'est quelque chose de précis, pour moi. Un rendez-vous est un rendez-vous, à l'heure. Le temps qui nous est donné de vivre ensemble est précieux. J'aime être à l'heure, ne pas écourter le moment qui s'offre à vivre.

Une heure, c'est un temps conventionnel d'un rendez-vous, d'un spectacle. Trois heures c'est un temps conventionnel d'université. Université dans laquelle j'ai passé 6 années, à temps plein, ici même dans ce bâtiment.

Quatre heures, c'est au-delà du temps convenu, du moins dans ma vie. C'est pour cela que j'ai décidé que la performance qui s'appelle OR, qui se passe en solo, dans un espace convivial, durerait quatre heures. Sur neuf jours de suite.

Soif d'un temps élastique, un temps sans temps, un temps pour s'occuper de l'essentiel sans limite temporelle. Un temps pour être, sans contrainte de temps minuté.

À 19 ans, je déménage ici à Montréal. Et depuis 13 ans, je danse ici, je peins ici, je lis ici. Je fais peindre les gens, je fais danser les gens.

C'est sur cette terre que j'aime créer. Elle m'inspire. Je ne peux pas créer ailleurs. La terre d'ici m'inspire.

Je fais peindre et je fais danser les gens. Je vois une centaine de personnes par semaine, qui viennent dans le studio, qui se donnent à voir, qui se dépouillent, qui se dénudent, qui jouent. Qui se laissent voir. Dans cette rencontre avec l'autre, dans le cadre d'un atelier, d'un stage, d'un cours, même d'une création avec les interprètes... Les danseurs sont vus par moi. Je grandis en les voyant.

J'avais envie de retourner les rôles, envie de déhiérarchiser les postures. J'avais envie de leur offrir ma danse, comme ils m'offrent leur danse.

Alors c'est un endroit, la performance OR, de convivialité, de partage, de rencontre. De rencontre dans le silence, dans la poésie, dans l'instant des sensibilités partagées.

Cette plongée de 36 heures n'a pas été faite en solitaire. J'étais avec vous, avec eux, avec elles.

Collègues, collaborateurs, amis, inconnus, connus.

Je leur donne parole aujourd'hui ici, entremêlant à ma parole leurs paroles, à mes mots leurs mots. Ces mots qui ont été laissés dans l'espace même de OR, sur des cartes postales mises à disposition. Je mettrai mon chapeau de paille chaque fois que je lirai un message des promeneurs – passants – passeurs d'OR.

OR était « nôtre », pas « mien ». Avec OR, on ne possédait plus rien en propre. Tout était en constante relation – visible ou invisible – d'instant en instant.

*Ce n'est pas un show, mais un temps d'arrêt, une pause, un songe, une expérience simple et épurée où tu observes, écoutes, sens, ressens, médites, dors.*

Oui, il y a eu des sommeils, des méditations yeux clos, des repos, des présences de toutes sortes.

*Une femme a prié dans l'espace, juste derrière le mur des peintures. Elle a installé son tapis et a fait sa prière. L'espace permettait cela.*

*C'était comme une méditation dont tu serais le guide actif....*

Il y a des gens que je croisais au café, qui sont venus à la performance, et que j'ai revus ensuite. Et même sans se parler, quelque chose avait changé dans le lien. Une sorte de lien par en-dessous. Un lien invisible, un lien de sensibilité, un lien parce qu'on avait partagé un moment d'être. Ensemble. Dans une sorte de vérité d'être là.

*C'était beau de nous laisser voir ça, de ne rien cacher, de livrer ça de manière crue.*



Comme un ébéniste pratique ses mesures et ses constructions, comme un mathématicien pratique ses calculs, je pratique mes corps.

Jean-Yves Leloup parle de 12 corps : corps de mémoire, corps d'appétit, corps de pulsion, corps d'émotion, corps de parole, corps de pensée, corps de désir, corps de sentiment, corps de songes, corps de louanges, corps de lumière, corps de silence.

Danse intérieure, intuitive. Peinture intérieure, intuitive. Gestes qui surgissent, sans désir de montrer, de représenter, de passer un message. Laisser monter ce qui monte, dans l'instant : c'est une pratique.

Envie de partager cette pratique, cette recherche incessante l'élan de vie qui trouve ses formes dans les gestes, dans les tracés.

Et chaque fois, cette question qui taraude, qui sculpte : pourquoi partager cela ? Pourquoi créer encore ? Au service de quoi est l'œuvre ? Pourquoi se retrouver ainsi ensemble ?

*Je suis venue plusieurs fois.*

*Je me suis sentie un peu chez moi... ou chez toi.*

*Je revoyais les mêmes personnes, souriantes et chaleureuses.*

Avec OR, il y avait 4 murs de peintures recto-verso, un espace de performance, des coussins et des chaises, du thé, un lieu pour dessiner, un lieu pour laisser une carte postale et en laisser une, un espace avec des casques d'écoute pour entendre quelques poètes parler de poésie. Tout ce dispositif créait une sorte d'horizontalité organisée, ordonnée, structurée. Une horizontalité du partage.

Et cette horizontalité était support à la verticalité. Un support pour des moments d'ouvertures : à moi, à l'autre, à plus grand que nous.

*Toutes ces couleurs et ces lignes et ces sons et ces goûts et ces paroles et ces mouvements et ces silences et ces images et ces regards et ces respirations se mêlent et forment une étendue si blanche et pure qu'on oublie qu'il y a quelque chose à l'extérieur. (...) Chacun y voit ce qu'il a besoin de voir, comme dans un rêve. Ton rire et tes pleurs viennent serrer nos neurones-miroirs et chacun brille de son humanité. Tu es vent et tu es plaisir, tu es amour et tu es nature. Tu es vie.*

*Perdre le contrôle  
Pour apprendre  
Que ne l'avons jamais eu.*

C'est ce qui s'est passé pendant la performance : des instants de lâcher-prise, d'ouverture, de relâchement, de liens silencieux entre les êtres.

Le premier jour, il a fallu briser la carapace. La carapace du performeur qui veut plaire, la carapace de Sarah qui doit naître à elle-même, cette carapace que Camille appelle le trauma du performeur : vouloir être aimé et « avoir » l'approbation du « spectateur ».

Le premier jour j'ai crié, pendant 40 minutes, purgeant ce besoin de la petite Sarah d'être vue et aimée.

Crié, crié, crié, jusqu'à ce que ces fils rugueux nouveaux disparaissent dans un chant, mes mains caressant le crâne rasé d'un spectateur.

Le deuxième jour, le trauma du performeur s'en était allé, je n'avais plus rien à prouver, à montrer, seulement à être.

*Je crois que je ne m'attendais pas à ressentir tant de choses / Ça a bougé / En moi / Certaines choses / Certains faits et évènements / Sont remontés / J'ai vu ce que c'est / Que d'être là, pleinement / Entièrement, complète.*

Le troisième jour, mon être, mon corps cherchait quelque chose, il fallait trouver quelque chose, trouver quelque chose dans cette intériorité, trouver quelque chose dans ce corps, chercher, chercher, trouver.

Je cherchais je cherchais je cherchais partout, tous les gestes semblaient vides. Et soudain mon cœur s'est retrouvé sur mes mains. Quelque chose s'est relâché, j'ai pleuré. Il n'y avait rien à chercher : tout était là, dans le cœur. La lutte a cessé.

*After sitting / I am filled / With such / Rest. / My heart / Stills.*



Le quatrième jour j'ouvre la bouche, j'ouvre la bouche, grand grand ça continue...ça s'ouvre, ça s'ouvre... Ça s'ouvre et à nouveau le don des larmes. Je réalise la soif, la soif de mon lien avec le divin, la soif de contacter la dimension d'éternité qui anime la matière, ce qui anime toute chose : ma nature primordiale.

*Je ne peux pas rester, je me sens trop agitée en dedans, j'ai l'impression d'agiter le lieu. C'est trop silencieux, je ne peux pas rester ici.*

Le cinquième jour, une fluidité arrive. Je suis surprise de la fluidité des gestes qui montent, comme de l'eau. Quelque chose se dissout, il y a moins de nœuds. Moins de résistances, moins de tension, ça coule, ça fluctue, ça glisse, ça se transforme. Il commence à y avoir du jeu. De la douceur. Du plaisir.

Je chante de plus en plus. Le chant me chante, la danse me danse. Je me sens plus poreuse, plus transparente. Tout est moins volontaire.

*J'étais là exactement au bon moment, on dirait que tu dansais ce que j'avais besoin de voir. Tu dansais ce qu'il y avait dans ma tête, ce que j'avais dans le cœur.*

Sixième, septième, huitième jour, ça continue dans ce flux, des moments les yeux fermés, les yeux ouverts, des moments de contact, des moments d'échange physique, des regards, des moments où mon corps se relâche complètement proche ou sur le corps de certaines personnes. Tous les êtres – même les inconnus – deviennent des sœurs, des frères.

*Tu as pris le temps de déposer ta tête contre lui et de te poser là. Je t'observais contre lui et je reprenais conscience des autres et ça me ramenait en connexion avec le groupe.*

Parfois aussi il n'y a plus rien. Plus rien à bouger. J'ose le vide. Et là, il y a deux choix : soit m'en aller vers le rien, le grand vide indéterminé, infini. Soit danser. Danser pour le pur plaisir. Là je touche parfois à la danse par pur plaisir. Enfin. Je l'avais jamais vécu avant. Partager le plaisir d'être en vie, en corps, incarnée.

*Partage d'un souffle / Long / Nécessaire / Oublié  
Offrande d'un geste / Généreux / Libre / Retrouvé*

Le jour 9, tout mon corps s'ouvre. Je n'ai jamais ouvert les bras comme ça, les doigts, les jambes, les yeux, le cœur.

*Le Silence est léger et joyeux.*

Après chaque journée de performance, mes collègues étaient là pour me faire parler, me faire rigoler. Parler de choses légères, rire, sortir du silence pour mieux y replonger le lendemain. Ce qui reste dans ma vie de cette aventure, c'est la nécessité du silence. Plus de silence dans mes jours.

*Je découvre ce que je sais mais que j'oublie parfois. Je me rappelle que la spiritualité est la poésie de la vie. Je suis conviée à l'instant libre où la vie palpite. Tu chantes présentement. Ma tête se délie, mon cœur se relie à la vibration. Délicate et précieuse chose que la vie.*

Les gens payaient un billet pouvaient venir tant de fois qu'ils voulaient. Certains sont venus tous les jours, plusieurs heures. J'ai eu quelques présences pour 5h, 10h, 20h, 30h. L'échange n'était donc pas sur le plan financier : je paie et je reçois un spectacle. Une sorte de consommation. Ici, c'était la présence, la co-présence, qui était la valeur, la monnaie d'échange.

Vous êtes là pour me permettre de bouger dans ma vérité;  
je suis là pour vous permettre d'entrer dans votre vérité.

Me donner la permission d'être vous donne la permission  
d'être.

*Reconnaissance de la présence de l'autre.*

*Chaque geste est tout.*

*Oui.*

Ces neuf jours ont été comme une forme de rituel, un passage, une gestation, une naissance. C'était la première fois que je dansais.

Il y a trois jours, une amie me disait : Sarah, est-ce que tu crois qu'on fait de l'art-thérapie avec nos créations ? Nous étions toutes deux nous étions un peu chicotées par ce terme. Jusqu'à ce que j'insiste pour qu'on regarde l'étymologie du mot thérapie.

Elle lit, elle éclate de rire, me tend son téléphone. J'éclate de rire et nous crions : c'est ça ! On fait bien de l'art-thérapie !



*Therápôn* : serviteur.

*Therapéuô* : servir, prendre soin.

*Thérapieia* : culte voué aux dieux.

Avec une performance longue durée, il y a bien quelque chose de cet ordre-là. Se faire serviteur. Servir. Prendre Soins. Culte voué aux dieux. Don. Offrande.

*Il y a un bonheur d'avoir envie de se donner à quelqu'un.*

Le Christ dit : « Ma vie, on ne me la prend pas, c'est moi qui la donne ».

Pour donner, il faut recevoir. Donner n'est pas volontaire. C'est se mettre dans un état de disponibilité et de réceptivité.

Le vase doit être vide, pauvre, ouvert... pour se laisser remplir. Une fois le verre plein, il continue à recevoir et alors ça déborde : ça donne. Ça donne tout seul, il n'y a rien à vouloir.

*Souvent que je suis à l'école, au travail, dans un cours de cirque, en train de cuisiner, fumant sur mon balcon, buvant avec des amis, je m'arrête et je me demande : « suis-je en train de vivre » ? Chaque fois que je suis sortie de cette pièce, la question s'est effacée d'elle-même. Je savais que le moment passé ici, avec toi et tous les autres, je l'avais vécu, pas seulement observé.*

*Je te vois / Vivre et me chuchoter*

*M'inspirer ce qu'on a en commun*

*Dans toute l'humanité*

*Je te vois, je me vois, je vois et le plus troublant est que tout est là.*

Une carte postale que quelqu'un a laissé suite à son voyage dans OR, m'a donné ce poème :

*Corps céleste*

*Corps blessé*

*Corps enlacé*

*Corps méprisé*

*Corps fantasmé*

*Corps endiablé*

*Corps décapité*

*Corps enterré*

*Corps fragile*

*Corps modèle*

*Corps musical*

*Corps réceptif*

*Corps lacéré*

*Corps rythme*

*Corps éternel*

*Corps naissant*

*Corps éphémère*

*Corps actuel*

*Corps figé*

*Corps invisible*

*Corps virtuel*

*Corps relationnel*

*Corps solitaire*

*Corps silencieux*

*Corps solitaire encore*

*Corps fatigué*

*Corps artistique*

*Corps vulnérable*

*Corps fini*

*Corps paralysé*

*Corps esclave*

*Corps muse*

*Corps épris*

*Corps perdu*

*Corps effacé*

*Corps chanté*

*Corps endiablé*

*Corps mystérieux*

*Corps souple*

*Corps désiré*

*Corps de femme*

*Corps aimé*

*Corps violé*

*Corps mature*

*Corps violenté*

*Corps tendu*

*Corps dansé*

*Corps mort*

*Corps enfanté*

*Corps meurtri*

*Corps gracieux*

*Corps solennel*

*Corps bruyant*

*Corps honoré*

*Corps puissant*

*Corps tendu*

*Corps engrossé*

*Corps déchiqueté*

*Corps vénéré*

*Corps humain*

*Corps doux*



*Corps branché*

*Corps fragmenté*

*Corps explosé*

*Corps universel*

*Corps vieilli*

*Corps spatial*

*Corps merveilleux*

*Corps éreinté*

*Corps de Marie*

*Corps d'or et de lumière*

Cela me fait penser au livre de Job :

« Far in my flesh, I shall see God »

Et à Ramesh Balsekar :

« Le corps est un temple où Dieu réside ».

Au moment d'écrire ce texte, je fais une faute de frappe.

Au lieu d'écrire *temple*, j'écris *temps*.

« Le corps est un *temps* où Dieu réside ».