Tout ce que je cherche c'est d'amener la vie sur scène.

Sur un plateau, j'essaye de dire ce je vois, ce que je vis, ce que j'aime et ce que je perds. Le plus simplement et sincèrement possible. Je me sers de la danse là où les mots ne suffisent pas. J'essaye d'aller à la racine du mouvement, pour trouver un geste qui soit dessiné par des raisons intimes et indicibles. Chaque jour je dois m'entrainer à voir, même au-delà des choses visibles. Un brin d'herbe pour la nature, une main sur une joue pour un amour, un soupir pour toute une vie.

Chaque jour je me demande de combien de fiction j'ai besoin pour dire la vérité.

Par rapport à ce workshop, je crois que la réponse à une blessure est dans la circulation. Circulation du sang, d'une idée, de l'air. On travaillera d'abord sur le souffle, avec des exercices de respiration. On respirera. On 'circulera'.

Et on dansera. C'est sûr qu'on dansera.

Gaia Saitta



On parle, on imagine, on rêve, on échange, on communique avec notre tête, notre coeur, notre voix, nos mains, mais c'est comme si la dimension du corps entier n'était pas toujours nécessaire. Notre corps est là, bien sûr, mais relié à une position secondaire. Une sorte d'ornement bien apprivoisé, qu'on assoit, met debout, allonge et c'est presque tout.

Cette distance entre nous et notre corps est la première faille, la blessure première, le début de la recherche. La distance entre moi et moi.

Grâce à différentes techniques de mouvement et de respiration, en utilisant le hatha yoga, des éléments de danse contemporaine et aussi le langage plus strictement théâtral, le workshop sera d'abord une recherche d'un état de vulnérabilité, qui nous permette de redécouvrir notre corps et ses immenses possibilités. Avec rigueur et précision, on cherche un chemin simple et directe pour atteindre notre monde intérieur et son expression. Il s'agit d'un mouvement unique et personnel. Il s'agit de danser sa propre danse.

On travaillera de préférence en cercle pour développer non seulement les axes horizontaux et verticaux du corps, comme dans le cas de la scène "à l'italienne", mais plutôt les spirales qui traversent le corps, vers un mouvement le plus organique, surprenant et entier possible.

On utilisera des textes issues de *Autoportrait* d'Éduard Levé de Philippe Petit, *Lettres à un jeune poète* de Rainer Maria Rilke, *Agua Viva* de Clarisse Lispector.