

## ***Un vaccin contre la folie***

Un article de : Lucie Marois, journal  *Ici Maintenant*, Bromont, juin 2009  
Tous droits réservés

En ce début d'été, au moment où la lourdeur des manteaux fait enfin place à la légèreté de mouvement, je me propose de vous partager une « découverte », de vous présenter, bien succinctement, une « danse de bal », vieille de plus d'un siècle. Un soir, j'ai essayé « pour voir », j'ai découvert un langage qui m'a séduite, un code qui inspire le respect et m'oblige à me taire...un exploit!

Qu'est- ce qui me fait courir le week end? Qu'est-ce qui constitue un échange à deux, raffiné et exigeant à la fois? Réponse : le tango argentin. Tout le monde connaît du moins le nom. Plusieurs le danse, mais peu sont au fait des pouvoirs actifs du tango en matière de...développement personnel !!

Je me déclare « croyante et pratiquante ». Le tango argentin possède des vertus aussi nécessaires que les antioxydants et plus je le danse, moins je pense! La dépendance et l'aisance croissent avec l'usage – et c'est tant mieux!



***« Les Mexicains descendent des Aztèques, les Péruviens descendent des Incas, et les Argentins descendent... du bateau. » Proverbe, origine inconnue***

Cette danse a vu le jour grâce aux Noirs exilés, cherchant une échappatoire à leur vague à l'âme.

C'est que le fleuve « d'Argent », le Rio de la Plata, qui conférait à la ville de Montevideo au 19<sup>e</sup> siècle le titre de deuxième plus grand port d'immigration d'Amérique, après New York, a fait en sorte de favoriser le développement de sa « voisine d'en face » : Buenos Aires. Et nous voilà en Argentine, avec des immigrants de toutes nationalités, provenant de tous les continents qui

commencent à entremêler les danses en couple de leur pays d'origine. De là à conclure que le tango argentin est le résultat d'un métissage de pas créoles et européens, il n'y a qu'une ...enjambée !

Je vous fais grâce d'une dissertation sur l'historique du tango, mais c'est une belle histoire. Elle raconte qu'au début du XXe siècle, cette danse était liée aux bordels et aux maisons de danse en Argentine, là où on venait se divertir pour échapper au désœuvrement. On raconte qu'à cette époque, la population était composée de 75% d'hommes.... ! Dès lors, la concurrence loyale ou non était ouverte ! Semble-t-il que cela aurait favorisé le caractère passionnel de cette danse qui dessine ses lignes à grands coups de séduction et d'esthétisme. Ainsi, le tango s'est empreint tour à tour de la nostalgie du pays lointain, de la tristesse de la solitude, et de la fougue du désir. Le tango argentin, c'est un poème, une philosophie et c'est très certainement un acte de communication.

Puis, le pas et la musique ont migré vers l'Europe autour de 1900. Un grand saut dans le temps plus tard, en 1990, c'est l'explosion ! Les soirées de tango appelées *milongas* se tiennent partout sur la planète au grand plaisir des jeunes, des plus vieux, et même des personnes âgées.

Lorsqu'on découvre cette façon de bouger et de se mouvoir, en contact étroit avec le ou la partenaire, il se crée un besoin de « savoir », savoir comment danser, comment saisir les signaux du partenaire pour aller plus loin dans l'envolée du mouvement. Génial !

### ***Un seul corps, quatre jambes, une valise***

Les partenaires s'élancent et évoluent dans la plus complète improvisation à partir d'un alphabet, de mouvements types, connus dans le monde entier. Il n'y a pas vraiment d'enchaînement, de chorégraphie. L'agencement des mouvements est décidé par le « guideur ». C'est un corps à corps où le rapport

homme femme prend toute son importance. Les parties supérieures du corps sont fixées l'une à l'autre, « pour se comprendre », alors que les jambes se déplacent différemment selon le rôle du partenaire.

Autrement dit : il guide, elle suit. Sinon, il n'y a pas de tango...

Il dicte la séquence des pas. Il annonce ses intentions par des signaux du corps, et la femme, les yeux fermés souvent, se laisse bercer par la guidance du partenaire, totalement à l'écoute de ses moindres indications. Une sorte de soumission volontaire, de lâcher prise au bénéfice de l'harmonie ! « Lui », guide sans dominer, il apprend à suggérer sans exiger, alors qu'« elle » se laisse supporter, elle se déploie, à l'écoute du partenaire. Elle acquiesce sans se renier. C'est un échange continu de signaux subtils.

Dès les premiers pas, les partenaires se révèlent, la personnalité émerge : contrôlante, dominante, amorphe, à l'écoute de l'autre ou centrée sur soi. Pour l'homme ou pour la femme, peu importe...c'est une vraie thérapie ! Suave thérapie. Car le plaisir est aussi au rendez-vous.

Je pratique le tango depuis environ deux ans. J'ai appris à me laisser guider (t-h-é-r-a-p-i-e), à faire confiance et à raffiner mon sens de l'écoute. J'en suis même à danser les yeux fermés....parfois ! La danse a toujours fait partie de ma vie : ballet, claquettes et autres « steppettes ». Dans tous les cas, j'étais soit la seule responsable de mes mouvements, ou alors, il me fallait trouver « un bon danseur » pour m'amuser. Le tango, par sa structure et sa nature, se danse avec n'importe qui, pour peu qu'on connaisse les rudiments. Le « vocabulaire » est le même, n'importe où. Voilà pourquoi, les chaussures appropriées sont toujours dans les valises des voyageurs, amants du tango. Je connais un étudiant qui partira bientôt, invité à l'Université de Vienne. Dans ses valises, il y enfouira ses livres et...ses chaussures.

Les amateurs vont jusqu'à établir leur itinéraire de vacances selon les villes où le tango tient l'affiche. Qu'il s'agisse de Longueuil, Granby, Sherbrooke, Paris, Boston, Ottawa ou Tokyo, les soirées ou les nuits de *milongas* attendent les danseurs pour un tour de piste, toujours dans le sens inverse des aiguilles d'une montre...partout dans le monde.

On se fait « beau et belle » pour aller au bal.... Jupe fendue, debout sur de hauts talons, la femme se laisse inviter sur le plancher de danse par un homme souvent élégant, portant à l'occasion un chapeau mais toujours à l'allure fière. Ça fait du bien à l'œil et à l'âme.

**Se résoudre à travailler ensemble... pour danser ensemble et se développer, soi même.**

Apprendre à écouter, apprendre à dire, clairement, par le corps, et seulement le corps. Nos communications quotidiennes, habituellement alourdies par trop de mots, restent souvent stériles. Pour bien danser le tango, il faut se taire. Pour laisser pénétrer dans le cœur cette musique vibrante afin qu'elle ruisselle dans les jambes, il faut respecter la nature du tango, ses codes, son essence et accepter de se recueillir, bien en contact avec soi. Finalement, c'est une leçon de vie, un enseignement sur l'art d'être en relation, sur la finesse d'un échange d'équipe.

Du moins, c'est ce que j'en retire.

*En vérité je vous le dis*, le tango argentin développe l'humilité; cette danse nous « force » à apprivoiser les différences entre individus. Fort bien. Lorsque les niveaux d'aptitudes sont plus développés, on se sent délicieusement présent à soi même, et à l'autre en même temps. Durant quelques heures de danse, les

partenaires savourent la liberté d'être ensemble, en naviguant pourtant entre la distance et la proximité des corps et des cœurs.

Dans une vie souvent contraignante, faite de solitudes et de refoulement, l'art et la psychologie se rallient pour reconnaître que *la passion addictive du tango devient un vaccin contre la folie.*

Je vous invite à chercher des salles de purification du mental cet été. Vous pourriez tomber sur un cours d'essai de tango argentin.... !

[admin@spiralevolutoin.com](mailto:admin@spiralevolutoin.com)

Sources :

- France Potvin, psychologue [www.psycoupletango.com](http://www.psycoupletango.com)
- « Tango, culture et santé », 2<sup>e</sup> colloque interdisciplinaire sur le tango, 28, 29 mai 2009 [www.uqtr.ca/colloquetango](http://www.uqtr.ca/colloquetango)
- <http://www.milonga.ca/>
- ...et ma propre expérience du tango argentin !!!



<http://www.tangobar.bravehost.com/>