

Pourquoi est-ce que le tango change votre vie

[23 septembre 2014, 01:45](#)

*(La traduction française de l'article <https://www.facebook.com/notes/veronica-toumanova/why-tango-changes-your-life-and-how-does-it-do-it/10151812279917499> par **Aimée Zuniga**)*

Le tango change votre vie, que vous vous en rendiez compte ou non. Ces changements ne sont pas forcément dramatiques, d'ailleurs, nombreux de ces changements sont si petits et progressifs que l'on ne s'en rend pas compte. Cependant, je ne connais personne dans le tango dont la vie n'ait pas été changée par cette danse, d'une façon ou d'une autre, bien au-delà du tango en lui-même.

Bien sûr, ce que j'écris ici est inévitablement une généralisation et chaque cas est unique. Néanmoins, je constate certaines tendances dans de nombreuses vies autour de moi qui me permettent de faire ces généralisations. Dans ma vie de tous les jours je suis entourée de gens touchés par le tango à des degrés divers. Je connais des gens qui, comme moi, sont tombés dedans complètement et pour toujours du tout premier instant où ils ont entendu cette musique et ont enlacé un partenaire. Des gens qui, comme moi, ont pensé "c'est ce que j'ai cherché toute ma vie jusqu'à présent". Je connais aussi des gens qui ne sont pas nécessairement aussi passionnés ou impliqués, mais qui consacrent quand même pas mal de temps au tango parmi leurs autres activités. On peut dire avec certitude, je pense, que quelque soit le degré de votre implication, le tango tend à modifier votre vie profondément.

Au départ, c'est le temps que vous commencez de consacrer à l'apprentissage et à la danse. Et en cela, vous pouvez en faire autant que vous voulez bien vous le permettre. Mais même si vous n'allez pas danser tous les jours, ou si vous ne prenez pas de cours chaque semaine ou ne voyagez pas pour vous rendre à des événements, le tango a une façon d'occuper votre vie très particulière. Vous écoutez du tango quand vous avez d'autres occupations. Vous commencez une nouvelle catégorie "tango" dans votre garde-robe. Vous regardez les parquets d'une autre façon. Vous emportez vos chaussures de tango dans votre valise quand vous partez en voyage d'affaires, et au lieu d'aller dîner avec vos collègues, vous cherchez un lieu obscur que vous avez trouvé sur internet où il est indiqué qu'il y a une milong. Et quand vous entrez dans cet endroit dans une ville inconnue, dans un pays étranger et que vous entendez cette musique familière, vous vous sentez immédiatement comme si vous étiez enfin arrivé là où vous deviez être.

Le tango, quelque soit votre degré d'implication, devient une sorte de monde séparé du reste, avec ses joies, tristesses, difficultés, règles, objectifs et plaisirs particuliers. Et ce n'est jamais un monde solitaire. En tango, vous trouverez toujours quelqu'un qui l'aime exactement de la même façon que vous, quelque soit cette façon.

Le tango est souvent comparé à une drogue. Et il est vrai que cela semble extrêmement addictif: Plus vous en faites, plus vous avez envie de continuer à en faire. Souvent, cela vous manque quand vous arrêtez (mais pas toujours) et vous êtes généralement heureux de reprendre après une coupure. Comme une drogue, le tango semble vous donner une occasion de vous échapper de votre vie. Si vous avez véritablement envie de vous en échapper, le tango vous donne d'amples possibilités de vous occuper avec quelque chose qui n'a rien avoir avec votre vie, votre travail ou votre vie privée. Cependant, une drogue détruit généralement votre santé et finit aussi par détruire vos relations avec les autres. Le tango, au contraire, vous aide souvent de devenir plus sain, physiquement et

mentalement et vous aide à améliorer vos relations avec les autres. Une drogue vous détourne de vous-même alors que le tango vous tourne vers vous-même. C'est parce que le coeur du tango c'est l'amour que vous lui portez et l'amour change toujours votre vie d'une façon ou d'une autre. Vous ne pouvez pas aimer une drogue, pas vraiment, vous ne pouvez que la désirer intensément. et vous ne pourriez pas danser le tango si vous ne l'aimiez pas au moins un peu.

Bien sûr, par lui-même le tango fait rien pour changer votre vie, c'est vous qui changez votre vie si vous décidez de la faire. Le tango est un catalyseur de changement. Vous tourner vers vous-même, dans la plupart des cas n'est pas une expérience immédiatement agréable. Cela signifie comprendre ce que vous aimez et n'aimez pas, mais aussi quels sont les conflits internes que vous portez en vous. Comme je l'ai écrit dans mon article sur le tango et les relations amoureuses, vous avez probablement trouvé le tango parce que c'est un environnement productif pour résoudre certains de vos conflits intérieurs, des conflits qui sont spécifiquement les vôtres. Si dans votre vie vous êtes d'une certaine façon en déséquilibre, ce déséquilibre sera mis en évidence aussi dans le tango. Parfois, le tango est exactement ce qu'il vous faut pour faire mettre en évidence ce déséquilibre et par conséquent trouver une façon de le gérer. Le tango vous permettra à la fois de jouer sur ces déséquilibres et de les guérir si vous le souhaitez. Pour vous donner un exemple simple: si vous êtes quelqu'un qui a besoin de ressentir de fortes émotions positives pour vous permettre d'oublier vos peurs et votre insécurité, alors dans le tango vous trouverez ce dont vous avez besoin: un environnement festif et dynamique orienté vers le plaisir et des interactions humaines agréables. Et en même temps, vous sentirez votre déséquilibre encore plus fort quand vous quittez le monde du tango, et entrez en dépression, en particulier après une soirée particulièrement réussie. Le moment où vous apprenez à ne plus osciller d'un extrême positif à un extrême négatif, vous sentez plus d'équilibre en vous-même. Vous appréciez toujours le tango, mais ce n'est plus une addiction.

Cependant, le tango en tant que catalyseur de changement n'est pas uniquement là pour faire sortir des émotions douloureuses. c'est un catalyseur encore plus fort pour autre chose: trouver votre JOIE.

Votre croissance dans le tango, au sens large, c'est d'apprendre ce que vous aimez, ce qui vous rend heureux, ce qui vous donne du plaisir mais aussi le sentiment de devenir plus vous-même, ou encore, une meilleure version de vous-même. Le tango ce n'est pas uniquement apprendre à danser et apprendre à interagir avec les autres avec succès, c'est aussi donner la priorité à ce que vous aimez personnellement.

Le tango est un environnement extrêmement libre, qui ne vous oblige à rien, même pas de suivre ses propres règles très soupagement fixées. Ce n'est pas une institution. Ce n'est pas une religion. Ce n'est pas une organisation. Et par conséquent, tout ce qui concerne le tango est votre propre choix: que ce soit le choix de professeurs, de partenaires de danse, votre façon de vous habiller, où vous allez danser, sur quel type de musique etc. Cette liberté c'est aussi ce qui rend le le tango tellement attirant and si riche dans ses expressions diverses. Pour moi, toutes les tentatives de limiter le tango à un style particulier ou à un type de mouvement particulier vont contre l'esprit même du tango.

Le tango change la vie exactement à cause de cela: il vous fait accorder la priorité à ce que vous préférez vous-même, et inévitablement il arrive un point où vous commencez à donner la priorité à ce que vous aimez dans d'autres aspects de votre vie. Voyez-vous, lorsque vous vous laissez poursuivre ce que vous aimez en tango, il devient de plus en plus difficile d'accepter ce que vous n'aimez pas dans le reste de votre vie. Alors vous quittez ce boulot qui ne vous satisfait pas ou cette

relation qui ne mène nulle part. Vous commencez à vous détacher de ce que les autres attendent de vous et décidez pour vous-même dans quoi investir votre énergie.

Au "monde extérieur", les danseurs de tango semblent souvent bizarrement dérangés et immatures. Pour quelqu'un qui ne partage pas votre passion, il est difficile de comprendre pourquoi vous commencez d'organiser le reste de votre vie autour de quelque chose d'aussi futile qu'une danse. Pourquoi vous cessez d'aller à leurs soirées et préférez aller à des milongas. Pourquoi vous commencez à planifier tant de petits voyages dans des endroits étranges. Pourquoi vous cessez de regarder la télévision, devenez inintéressé à discuter tout ce qui ne va pas dans le monde et au lieu de cela, allez à des pratiques ou prenez des cours. Pourquoi vous n'acceptez plus que votre vie soit uniquement faite de travail ou uniquement d'élever des enfants ou uniquement de sécurité matérielle. Pourquoi vous allez dans une ville dangereuse du tiers monde y passez des mois à faire exactement ce que vous faites à la maison: danser. Pourquoi parfois vous déménagez dans une autre ville ou un autre pays, simplement parce que le tango y est meilleur.

Il peut sembler au premier coup d'oeil que d'être passionné de tango c'est se détourner d'autres choses, de ne pas participer à d'autres activités "normales", c'est de devenir en un sens, très immature et très "irresponsable". Cependant ce n'est que le résultat visible. Le résultat souvent invisible est la façon dont les gens changent leur attitude envers les activités qu'ils continuent de pratiquer, leur travail mais aussi les relations personnelles qu'ils ont encore. Donner la priorité à votre joie extrapolé à d'autres activités veut dire faire les choses différemment. Le résultat c'est qu'on fait les choses avec plus d'amour. On recherche plus de joie parfois dans les choses simples et insignifiantes de la vie de tous les jours. On prend plus de responsabilité pour sa vie de façon constructive. Ce changement peut ne pas être visible pour le monde extérieur mais cela change tout dans la façon dont vous sentez vous-même. Poursuivre votre joie veut dire entrer en harmonie avec vous-même et par conséquent avec le monde extérieur.

Votre passion pour le tango est difficile à transmettre aux autres mais pas impossible. Elle peut être comprise en la comparant à d'autres activités qui impliquent de la passion, comme le surf, le pilotage, les sports, les autres danses etc. Mais comme le tango contient une composante sociale très importante, c'est bien plus que juste le "FAIRE". C'est aussi "ETRE" un certain type de personne.

Un élève m'a dit récemment: "la bonne chose avec le tango c'est que cela sert de métaphore à d'autres choses de la vie. Quand je découvre que je m'améliore en tango, cela me donne le sentiment que je peux aussi m'améliorer dans d'autres domaines. Si je peux améliorer ma danse, je peux aussi améliorer ma relation amoureuse, mon travail, ma vie." Le tango c'est exactement cela: une petite vie à l'intérieur de votre plus grande vie, dans laquelle vous apprenez que bien plus de choses sont possibles que vous n'imaginiez. Vous apprenez à vous donner la permission d'accorder la priorité à votre propre accomplissement. Au bout du compte, le tango vous aide à devenir une personne plus libre. Quelqu'un qui a appris à suivre sa joie ne sera pas à influencer pour faire quelque chose à contre coeur. Une telle personne ne suivra pas aveuglément ce que les autres lui disent. C'est pourquoi, la danse et d'autres activités qui donnent du plaisir et de la joie sont interdites ou strictement contrôlées par les religions les plus fondamentalistes et par les dictatures. Une personne joyeuse et heureuse est par définition une personne libre.

Est-ce que le tango est la seule activité qui vous aide à grandir de cette façon? Bien sûr que non. Mais le tango est dans un sens une activité très "complète" qui vous permet de grandir non pas uniquement dans ce vous faites mais aussi dans la façon dont vous êtes associé à vous-même et aux

autres. Pour moi personnellement, le courage d'accorder la priorité dans la vie à ce que vous aimez est un des signes les plus fondamentaux de maturité. L'amour que vous ressentez pour quelque chose ou quelqu'un ne vient pas du monde extérieur, il vient de votre âme et votre âme a toujours une bonne raison d'aimer quelque chose en particulier. Plus vous êtes proche de votre âme, plus vous êtes vous-même, un être unique avec des préférences uniques et un but unique. Peu importe au bout du compte que ce que vous aimez et quelle "importance" cela a sur une grande échelle. La seule chose qui compte, c'est comment vous exprimez cet amour et dans quelle mesure vous vous permettez d'être heureux et entier. C'est votre seule vraie responsabilité dans la vie: être toujours en contact avec qui vous êtes vraiment, ce qui signifie simplement de poursuivre ce que vous aimez, appréciez, ce à quoi vous accordez de la valeur, dans les petites et les grandes choses. Le tango est en soi juste une autre façon de vous rapprocher de vous-même. Une façon parmi beaucoup d'autres, mais une façon très effective.

Plus d'articles sur <http://www.verotango.com/>