

## **Pourquoi les guideurs s'ennuient eux-mêmes et comment y remédier.**

J'entends souvent les guideurs se plaindre : « Quand je danse, ma propre danse m'ennuie. Au bout d'un moment, j'ai l'impression d'avoir dansé toutes les combinaisons, essayé toutes les variations et que je n'ai juste plus d'inspiration. C'est un sentiment terrible parce que si je m'ennuie moi-même, on doit s'ennuyer à mourir avec moi. ». Parfois les guideurs disent « Désolé, je t'inviterai quand je me sentirai en super-forme, j'ai peur sinon que tu t'ennuies avec moi. » Mes élèves disent aussi parfois : « Peu importe combien de cours je suis, j'oublie toujours le nouveau super-truc que j'ai appris et je retombe dans les mêmes combinaisons répétitives et ennuyeuses. »

Les affirmations ci-dessus sont aussi bien valables pour les guideurs débutants que pour les avancés. Peu importe la richesse de votre vocabulaire, le sentiment de « ras-le-bol » peut advenir quoiqu'il en soit à un moment ou à un autre. Comment cela se fait-il ? Et est-il vrai que quand le guideur s'ennuie, le partenaire guidé s'ennuie aussi ?

Il existe un mythe (principalement chez les guideurs) comme quoi pour donner « du bon temps » en guidant il faut connaître une quantité importante de figures. Mais la plupart du temps le partenaire guidé ne sait pas ce qui va arriver, ne peut pas lire les pensées du guideur et est trop occupé à danser ce qui lui est proposé par le guidage. De nouvelles portes sur de nouveaux endroits s'ouvrent à lui constamment, découvrant de nouveaux paysages. Il ne peut faire la liste des figures que le guideur utilise ou pas, ce n'est l'affaire que du guideur. Du coup, quand un guideur s'ennuie de ses propres pas, ce n'est pas le cas du partenaire. De plus, ce n'est pas le vocabulaire qui est séduisant pour le partenaire dans un bon guideur, mais c'est le délice de ses propres mouvements en réponse à un guidage qui l'aide ou pas. Ce n'est jamais le manque de variété de figures qui peut ennuyer un partenaire, mais une ABSENCE DE CONNEXION qui fait qu'on « décroche ». Ça peut être parce que le guideur danse d'une façon automatique et inconsciente, dénuée de sensation, ou parce qu'il est trop préoccupé par ses propres pas et l'oublie. Un partenaire n'aime pas être utilisé comme un instrument. Vous pouvez être une encyclopédie du tango et ennuyer votre partenaire à mourir ou bien n'avoir que quelques éléments à votre vocabulaire et le faire fondre dans vos bras. La qualité ne réside jamais dans la quantité.

Il existe aussi un mythe (principalement chez les partenaires guidés) comme quoi les guidés n'aiment pas les suites de figures complexes. C'est vrai qu'il est stressant de suivre un vocabulaire de tango complexe et que cela requiert une solide technique et une grande réactivité. Cependant, il est faux de dire que les guidés n'aiment pas les figures compliquées, mais ils les ADORENT quand c'est bien dansé. Les mouvements complexes leur font explorer les limites de leurs capacités, c'est excitant, dynamique et amusant. C'est juste qu'entre des pas simples bien exécutés et des figures complexes mal dansées, on préférera toujours les premières.

Pourquoi alors, me direz-vous, apprendre des figures complexes si les partenaires guidés se contentent de pas simples ? En d'autres mots, de combien de figures un guideur a-t-il besoin pour être un partenaire recherché ? Quand je parle de « figures », je parle de la variété de combinaisons créées avec les trois éléments de bases du tango : le pas, le pivot et le changement de poids. En ce sens, un guideur n'apprend jamais rien de nouveau, il apprend tout au plus à improviser d'une façon de plus en plus complexe avec les mêmes éléments de base.

Demander « combien de figures un guideur doit-il maîtriser pour créer une danse satisfaisante » c'est comme demander « de combien d'argent a-t-on besoin pour être heureux ». La réponse est : l'argent n'a rien à voir avec votre bonheur. L'argent est un moyen d'obtenir les choses qui vous apportent joie et satisfaction, mais votre bonheur vient d'une autre source, de vous précisément, de votre propre être. De la même façon, un grand nombre de figures ne créera pas en lui-même une danse satisfaisante. Mais, tout comme l'argent, les figures peuvent vous aider à mieux vous amuser et à être plus libre dans ce que vous faites. Il vous en faudra une « quantité de base » pour pouvoir danser. La complexité nécessaire à votre vocabulaire dépendra de ce que vous voulez faire et de ce sur quoi vous voulez mettre l'accent. A la fin, ce qui compte c'est ce que vous aimez, ce qui fait un tango que vous appréciez. Un vocabulaire riche est censé en premier vous donner du plaisir à vous en tant que guideur.

Je pense personnellement que les guideurs devraient explorer de nouvelles variations simplement parce que c'est la nature de leur rôle. La beauté du tango c'est qu'il réunit deux énergies : l'énergie du faire et l'énergie de l'être. Le rôle du guideur est de créer, construire, déconstruire, découvrir de nouvelles possibilités. Dire à un guideur « Oublie les figures compliquées, marche en suivant la musique, ait une belle étreinte et ta partenaire sera contente » a une bonne part de vérité mais c'est comme dire à un enfant « Voilà un joli jeu de construction de toutes les couleurs, tu peux le toucher mais ne construis rien. C'est trop compliqué. »

Au début le vocabulaire du tango était très limité mais au fil des années il a évolué vers un éventail de possibilités presque infini. On peut ignorer la riche complexité du tango au prétexte que dans les temps anciens les gens créaient des connexions humaines plus profondes « sans toutes ces figures ». Pourtant, il y a une raison à la richesse du vocabulaire du tango, il fait partie de la vie et porte en lui ses propres avantages. On peut apprécier sa variété à condition de ne pas être intéressé seulement dans la quantité mais aussi dans la qualité. Le tango c'est toujours plus que les figures que l'on peut faire, mais il n'y a rien de mal avec les figures.

Les guideurs commencent à s'ennuyer eux-mêmes pour la raison même qui fait que l'on en vient à s'ennuyer dans n'importe quelle activité : cela tient au sentiment de ROUTINE. La routine s'installe non seulement parce qu'on répète encore et encore les mêmes chose mais aussi à cause de COMMENT on les répète. La routine c'est quand vous devenez prévisible à vous-même, quand la réalité cesse de vous être agréable et surprenante. Cela tient beaucoup au fonctionnement en pilote automatique. Comment traiter au mieux votre sentiment d'ennui en tant que guideur ?

Il y a quelques solutions « pratiques ». Vous pouvez apprendre de nouvelles figures, mais n'oubliez pas qu'avant de pouvoir les utiliser spontanément en milonga il vous faudra les pratiquer afin de les intégrer à votre vocabulaire. Et, même si vous ne pouvez pas les reproduire en milonga, pas de panique : le fait d'apprendre quelque chose de nouveau en cours est déjà un bon exercice pour votre cerveau et finira toujours par apporter quelque chose à votre tango. En un sens, rien de ce que vous apprenez n'est jamais complètement perdu. Vous pouvez aussi commencer à découper les figures que vous connaissez déjà et changer leur fin, modifier l'ordre des éléments ou leur durée, utiliser la jambe droite au lieu de la gauche (ou l'inverse) etc.... C'est en soi un exercice stimulant et excitant et vous fera grandir en tant que danseur et cela rendra aussi vos figures moins prévisibles. Vous pouvez travailler

à améliorer votre technique car, plus vous travaillez les bases, plus tout sera fluide, vous donnant au passage plus de plaisir (ainsi qu'à votre partenaire).

Il y a aussi un niveau plus profond, plus important sur lequel vous pouvez travailler la sensation d'ennui. C'est de glisser votre attention de CE QUE vous faites à COMMENT vous le faites. Pour ce faire, vous pouvez vous tourner vers la musique comme première source d'inspiration et danser les pas que vous connaissez déjà en vous basant sur l'énergie, le rythme et le tempo de la musique. Ce qui veut dire ralentir quand la musique le suggère, faire des pauses, accélérer, mettre l'accent sur certains moments. Quand un guideur suit vraiment la musique c'est un bonheur de le suivre. C'est à ce moment-là que vous pouvez vous trouver en train de simplement marcher pendant tout un tango sans vous ennuyer un seul instant. C'est en fait ça ce que les professeurs veulent dire quand ils vous demandent de « garder ça simple et doux. » Ça n'a bien sûr rien de simple car cela demande de la sensibilité musicale et cela exige une attention de tous les instants. Mais tant que vous laissez la musique vous porter de l'intérieur, les pas seront de moindre importance et la qualité du mouvement sera le principal. Une fois encore, le tango est une conversation : dès que l'on sait ce que l'on veut dire, les mots viennent d'eux-mêmes. En tango ce que l'on veut dire c'est ce que la musique nous pousse à exprimer.

La prochaine fois que vous vous ennuyez, commencez à diriger consciemment toute votre attention sur votre façon de bouger à ce moment particulier et essayez de saisir les différentes sensations : les vôtres, celles de votre partenaire, de votre environnement. Votre ennui s'évaporerait au moment précis où vous prêterez TOUTE votre attention au moment présent. Car vous voyez, l'ennui est un effet secondaire d'un esprit vagabond préoccupé à juger le présent et à se projeter dans le futur. Votre esprit pense que le vrai tango est dans des chouettes figures, une étreinte particulière, un partenaire particulier ou la bonne musique. Mais le vrai tango ce n'est rien de tout ça, c'est dans le moment PRÉSENT et rien que là, tout comme d'autres choses importantes de la vie telles que l'amour, la joie et le bonheur.

**Veronica Toumanova**

*(Traduction : J. Simon)*

Article original :

<https://www.facebook.com/notes/veronica-toumanova/why-leaders-get-bored-with-themselves-and-what-to-do-about-it/10152092223942499>