

Pourquoi on s'extasie devant des figures alors qu'on recherche les étreintes.

Il n'y a pas deux étreintes identiques, tout comme il n'y a pas deux danseurs identiques. Nous étudions des figures, nous nous obsédons avec des points techniques, pratiquons des positions de pieds et l'équilibre, pourtant je pense que ce qui nous amène au tango ce sont les étreintes. Après une tanda, on se souvient rarement des pas que l'on a dansés, mais on se rappelle toujours avec assez d'exactitude la sensation que donnait un certain partenaire dans l'étreinte. C'est souvent pour cela que l'on recherche encore et encore le même partenaire. C'est aussi vrai pour les hommes que pour les femmes, bien que ce soit plus souvent les femmes qui donnent la primauté à l'étreinte sur les compétences techniques.

Qu'est-ce qu'une étreinte ? Ce n'est ni une position, ni une forme, c'est un ESPACE. Un espace dans lequel on se connecte l'un à l'autre pour créer une danse, un espace de communication intense et très intime. Dans cet espace on peut trouver une profonde fusion avec l'autre personne et quelquefois une profonde solitude. Il n'existe pas d' « étreinte correcte », cependant il y a des étreintes qui correspondent idéalement à certain style, certaine dynamique, certain physique, certaines esthétiques visuelles, attitudes et caractères. Malgré la variété, je peux distinguer trois facteurs importants qui ensemble constituent une bonne étreinte quelque soit le style.

Le premier, c'est le confort. Si une étreinte est confortable, c'est qu'elle respecte votre propre anatomie, vous permettant de maintenir une posture active quoique naturelle, libre de toute tension et de tout effort superflu. Cela veut dire aussi que votre étreinte respecte l'anatomie de votre partenaire. Pour les guideurs cela signifie laisser suffisamment de liberté de mouvement au partenaire guidé et lui éviter toute modification restrictive dans la posture. Une étreinte confortable, ce n'est pas agripper, ce n'est pas rigide, c'est plus comme une créature vivante : cela a besoin de respirer. Pour le partenaire guidé, créer une étreinte confortable, c'est ne pas décharger son poids sur le guideur, ne pas l'utiliser comme support pour les pivots et ne pas s'agripper à lui en cas de problème. Dans une étreinte confortable, les deux partenaires tiennent sur leurs propres jambes, et même dans une position inclinée milonguero ils sont responsables de leur propre équilibre et transferts de poids. L'inconfort dans l'étreinte est je crois la raison numéro un pour refuser un danseur ou ne pas le réinviter.

Le deuxième facteur c'est l'efficacité. Une étreinte efficace est celle qui sert son premier objectif ; transmettre et recevoir l'impulsion. Ce qu'est exactement l'efficacité dépend de comment vous voulez danser, votre style, vocabulaire et l'intensité dynamique que vous voulez créer. C'est pourquoi les étreintes dans le tango escenario (tango de scène) sont plus fermes et rigides que dans le tango de bal, elles facilitent par exemple les portés, les sauts et les mouvements très rapides. L'étreinte dans le tango ne doit pas être confondue avec la connexion. : on crée la connexion avec tout notre être, étreinte incluse. Les partenaires dans un couple de tango peuvent être connectés l'un à l'autre sans se toucher, l'étreinte ajoutant simplement un « canal physique » à la connexion.

Apprendre à créer une étreinte efficace n'est pas chose facile, aussi bien pour les hommes que pour les femmes. La difficulté réside dans sa subtilité, car pour rendre

une étreinte réellement efficace elle doit d'abord être connectée au reste de votre corps, à comment vous vous ancrez au sol, comment vous transférez le poids, et de plus elle doit être connectée au corps de votre partenaire. Dans une étreinte efficace on doit procéder par mouvements minuscules et sensations subtiles. Vous pouvez l'imaginer comme bouger de l'eau dans un verre : si vous bouger beaucoup l'eau déborde, mais si vous bouger juste un petit peu et au bon moment, vous pouvez créer beaucoup de mouvement dans l'eau elle-même. On doit aussi fonctionner au niveau des images mentales, des intentions et des directions plutôt que par manipulations mécaniques. La plupart des danseurs, même parmi les plus avancés, considèrent encore l'étreinte comme « un torse avec deux bras pour tenir l'autre personne » plutôt que comme quelque chose qui dépasse les parties anatomiques. Du fait, chez la plupart des danseurs l'étreinte est plus ou moins fonctionnelle mais pas efficace.

C'est dans l'étreinte que vous détecterez le « principe de base » d'un danseur et le plus courant est « l'homme prend la femme et la fait bouger ». C'est un principe hautement inefficace, car il donne à la fois trop de responsabilité à l'un, guideur, tout en retirant toute responsabilité à l'autre. Pour comprendre l'efficacité de l'étreinte il est important de comprendre qu'elle dépend ÉGALEMENT des deux partenaires. Il ne faut pas confondre les mécanismes internes de l'étreinte avec son apparence, sa forme. Copier l'étreinte de votre idole ne vous fera danser comme lui.

Le troisième facteur est le facteur humain et c'est celui qui rend chaque étreinte unique. Vous pouvez imiter en tous points l'étreinte d'un autre danseur mais dans l'étreinte c'est toujours vous-même que vous sentirez. Votre étreinte est influencée par votre personnalité unique, votre expérience et votre rapport aux autres et au monde autour de vous. Votre étreinte reflètera aussi tout de votre rapport à vous-même et aux autres à ce moment particulier, y compris vos soucis, inquiétudes, ambitions et intentions. Et parce que l'étreinte commune est un endroit si hautement sensible, votre partenaire aussi sentira tout, même sans en être forcément conscient. Si un guideur est anxieux du trafic sur la piste, cela retentira sur l'étreinte du partenaire. Une guidée anxieuse à propos de sa capacité à suivre deviendra tendue et semblera absente au guideur.

De plus, votre facteur humain est influencé par votre bagage, votre vécu, ce qui veut dire par à peu près n'importe quoi. J'ai été plusieurs fois identifiée en tant que russe par mon étreinte. On entend souvent que les femmes russes (ou slaves) sont censées avoir des étreintes très profondes et les hommes argentins très intenses. Il y a des histoires à propos des « puissantes » étreintes des argentins et des « renversantes » étreintes des turcs. Je suis toujours prudentes avec les stéréotypes, nous sommes, nous humains, bien trop complexes pour être expliqués par de simples catégories de nationalités et de cultures. Les stéréotypes sont certain fois véridiques, parfois non. Si vous venez d'une culture qui vous encourage à être physiquement attirant, à aller activement vers le sexe opposé et que vous vous y sentez à l'aise, alors cela donnera un certain charme séducteur à votre étreinte. Si vous venez d'une culture dans laquelle il n'est pas admis de montrer ses émotions mais que vous êtes une personne extravertie, alors votre étreinte reflètera votre personnalité plus que votre milieu d'origine. Je pense aussi que l'« intensité » de l'étreinte d'un homme vient de son besoin de tenir solidement la femme pour lui éviter de perdre l'équilibre et de tomber vers l'arrière dans sa marche à reculons.

Quand une femme prend l'habitude d'être aidée de la sorte, elle recherchera naturellement à retrouver ce type d'étreinte.

Le facteur humain peut compenser un manque de confort ou d'efficacité ou au contraire vous les gâcher complètement. Si votre étreinte est maladroite et inefficace mais qu'on vous sent comme quelqu'un de chaleureux, ouvert et passionné, cela sera quand même un bon moment pour votre partenaire. Si vous avez un étreinte parfaitement confortable et efficace mais une attitude froide et distante, votre partenaire se sentira mal malgré votre performance virtuose. L'étreinte est aussi là où votre partenaire ressentira vos émotions et votre façon d'appréhender la musique. Si une musique vous transporte cela ce ressentira immédiatement dans votre étreinte.

Il y a un autre aspect parfois présent dans l'étreinte au tango : la séduction. On peut parfois la confondre avec le facteur humain alors que ce n'en est qu'une partie. La séduction ne rend pas l'étreinte plus confortable ou efficace, juste plus « chargée électriquement ». Si vous appréciez la personne avec laquelle vous dansez et que vous acceptez son attention érotique, alors cela peut ajouter une saveur particulière à votre ressenti.

Toutefois, si la charge érotique est très forte, la danse elle-même passera au second plan. Le RESENTI de la danse peut être un moment de béatitude, le couple ne dansant pas tant ensemble qu'utilisant la danse pour être ensemble. Mais il faut être prudent en chargeant son étreinte d'une attention érotique car si votre partenaire peut l'apprécier cela peut aussi le rendre très mal à l'aise ou l'ennuyer tout simplement. L'étreinte, particulièrement l'étreinte proche, est un environnement délicat et intime qui peut facilement devenir suffoquant et désagréable.

Au bout du compte, c'est l'intention que vous mettez dans votre étreinte qui fera que votre partenaire se sentira accueilli ou solitaire, jugé ou accepté. Il y a une intention toute simple qui aidera toujours à établir un bon flux de communication, quelque soit votre niveau. C'est un « message » que les partenaires peuvent se transmettre en créant l'étreinte et tout au long de la danse. De guideur à guidé le message est « Fais-moi confiance » de guidé à guideur il est « je te fais confiance ».

Pourquoi la confiance est-elle si importante ? Cela a à voir avec l'essence même des deux rôles.

Le guideur est responsable des mouvements du couple et si les professeurs disent aux guideurs de « focaliser leur attention sur le partenaire guidé » c'est que cela leur permet de se sentir comme si ils étaient la totalité du couple, de penser le couple comme une unité mobile. C'est par ses propres mouvements dont le motif est proposé par le guideur que le partenaire guidé s'exprimera, ses mouvements sont donc la manifestation de l'intention du guideur. Cela ne veut pas dire que le/la guidé(e) a plus d'importance et que le guideur joue juste un rôle de tuteur car celui-ci guide malgré tout chacun de ses mouvements. Cela ne veut pas dire non plus que le partenaire guidé est un simple instrument car il pourra toujours bouger selon son envie et ses possibilités. Ils sont tous les deux d'égale importance et n'existeraient tout simplement pas l'un sans l'autre.

Si l'attention du guideur est trop focalisée sur les pas et sur ses propres mouvements le partenaire guidé se sentira utilisé comme un outil. Il deviendra aussi très important que les pas « fonctionnent » et dans le cas contraire les deux partenaires auront l'impression d'avoir « fait une erreur ». Quand en revanche l'attention du guideur est toute aux mouvements du partenaire guidé TELS QU'ILS ARRIVENT, il n'est plus important que le pas « fonctionne » ou pas, et les « erreurs » n'en sont plus elles font juste partie de l'improvisation commune. Si l'attention du partenaire guidé est trop focalisée sur la « lecture » du guideur, sur la compréhension consciente de son « dessein », sa tâche principale sera oubliée : à savoir, réagir instantanément à quelque suggestion que ce soit du guideur, en pleine confiance et BOUGER. Le guideur devra donc lui faire sentir qu'il sait ce qu'il fait, qu'ils vont bien en profiter et qu'il lui assurera protection en cas de circonstance inattendue. Le partenaire guidé devra à son tour s'adonner consciemment au jeu proposé par le guideur en étant soi-même, tout en permettant au guideur d'exprimer son intention. Pour danser le partenaire guidé doit être sans appréhension et pour se faire le guideur doit être fiable. Si le guidé ne danse pas le guideur aussi ne peut pas danser.

L'une des meilleures sensations qu'un partenaire guidé peut donner au guideur est celle d'une TOTALE LIBERTÉ d'expression. Complète liberté ne veut pas être libre du guidé, paradoxalement cela veut dire être totalement « ensemble » tout en étant deux individus distincts. Ce sentiment de liberté vient de la sensation que chaque suggestion est bien comprise par le partenaire guidé, et non seulement comprise, mais amplifiée et donc par la suite développée. Le tango est une conversation, et pour être une conversation gratifiante une personne doit commencer et une autre comprendre l'idée et la poursuivre.

L'une des meilleure sensation qu'un guideur peut donner est celle d'une COMPLÈTE ATTENTION. J'entends souvent les femmes dire : « J'aimerais qu'il n'essaie tous ces pas compliqués mais qu'il soit juste avec moi », ce qui ne veut pas dire que les femmes n'apprécient pas les figures au tango, cela veut simplement dire qu'elles ne veulent pas être utilisées comme des outils. Mais, pourriez-vous demander, n'y a-t-il pas une contradiction ? Comment l'attention d'un guideur pourrait-elle être toute au partenaire guidé s'il veut une totale liberté d'expression ? Et pourtant c'est exactement ça. Les mouvements du partenaire guidé SONT l'expression du guideur. Si le guideur comprend ça, alors tout commence à faire sens. Ceci explique aussi pourquoi certains guideurs se targuent de faire danser leur partenaire à SA façon, car ils ont si bien focalisé leur attention sur les mouvements du partenaire guidé qu'ils sentent sa « logique interne », son interprétation de la musique et jouent avec son énergie, sont aussi capables de sentir à l'avance sa façon de s'exprimer.

En théorie les trois facteurs (confort, efficacité et facteur humain) semblent des critères distincts, bien qu'en pratique il n'en soit rien. Ils s'influencent et se compensent les uns les autres. Une étreinte confortable n'est pas nécessairement efficace tandis qu'une étreinte efficace est en général confortable. Les qualités humaines comme l'attention et la sensibilité aident à créer une étreinte bien plus efficace simplement en rendant bien plus à l'écoute des mouvements de son partenaire. Un étreinte confortable a quand à elle généralement une bonne qualité humaine simplement car elle respecte la posture de votre partenaire. L'étreinte dans le tango est quelque chose de complexe et difficile à enseigner et à apprendre, amis de fascinant. De plus en plus de danseurs de partout réalisent que les figures sont

notre terrain de jeu mais que notre port d'attache c'est l'étreinte et que c'est là que l'on veut toujours revenir.

Veronica Toumanova
(Traduction : J. Simon)

Texte original :

<https://www.facebook.com/notes/veronica-toumanova/why-we-marvel-at-steps-but-yearn-for-embraces/10151995908837499>