



Pause spirituelle

Quand la danse devient prière

Convaincue que la danse peut ouvrir la voie à l'intériorité et à la prière, Brigitte Van Dorpe anime régulièrement des haltes spirituelles « Danses à vivre, danses à prier ». Reportage au monastère des clarisses de Cormontreuil.

E nserré dans une zone urbaine de la périphérie de Reims, dans la Marne, le monastère Sainte-Claire dévoile, au détour d'une rue, ses bâtiments roses étendus au milieu d'un jardin fleuri. Ce samedi de printemps, dans une grande salle vitrée, quinze personnes dansent en cercle au rythme d'une musique traditionnelle joyeuse. Au centre, un bouquet de fleurs entouré de

trois bougies matérialise l'espace. Brigitte Van Dorpe, petit bout de femme aux cheveux blanc neige, le corps délié et léger, entraîne les participants en scandant la chorégraphie : « Un-deux-trois, pas à gauche ; un-deux-trois, pas à droite, on glisse-on glisse, pas chassé, on lève le bras... » Des rires et des petites exclamations marquent les pas de travers et les mouvements manqués. La musique répétitive aide à l'apprentissage de la danse, exécutée bientôt avec plaisir.

L'IMPORTANCE D'HABITER SON CORPS

« Certaines danses sont bonnes pour l'accueil, la joie, d'autres amènent à plus d'intériorité », constate Brigitte, qui transmet depuis plus de vingt ans sa propre expérience de la danse, certaine qu'au-delà de la détente, de l'expression de la joie ou de la souffrance, elle peut ouvrir la voie à la prière. « Très intellectuelle, timide et introvertie, j'ai découvert, lors d'une retraite, la spiritualité de saint Ignace en même temps que l'importance d'habiter son corps, raconte-t-elle. La danse m'a aidée à m'impliquer corporellement. Elle passe par le mouvement, le regard, le toucher. Au-delà du bien-être, elle me relie à moi-même, aux autres, à Dieu et me rend disponible pour aimer et servir. »

L'animatrice, formée spirituellement par les Jésuites et par de multiples stages de danse, a constitué un large répertoire de musiques traditionnelles de tous les pays, pas forcément religieuses. « On peut danser de façon purement mécanique » >>>



Les participants dansent en cercle au rythme d'une musique traditionnelle, pas forcément religieuse.



Les corps ne cherchent ni la séduction ni la performance, mais forment ensemble un mouvement harmonieux.

» sur une musique religieuse et vivre un moment profondément spirituel avec une musique profane, parce qu'on habite vraiment son geste. » Marie-Ange, qui vient aux sessions depuis des années, renchérit : « La danse m'oblige à me placer dans l'instant présent, à me décharger de mes soucis, de tout ce qui m'accapare. Ce lâcher-prise facilite l'entrée dans la prière. »

DANSER ENSEMBLE NOUS AFFERMIT

La séance continue avec une danse roumaine, déjà apprise la veille. « Toutes nos danses sont codifiées. Elles ont été validées au fil du temps par ceux qui les ont créées et transmises. Elles apportent du bon », précise Brigitte, en mettant en route une mélodie lente, interprétée avec profondeur par une voix de femme qui emplit l'espace. Les danseurs, guidés par leur professeur, montent vers le centre puis reculent en vague, se tenant par les mains qu'ils croisent derrière le dos ou élèvent vers le ciel. Les visages sont concentrés, sérieux jusqu'à la note finale. « Qu'est-ce qui continue à vous habiter ? », demande Brigitte, rompant le silence qui a suivi. « Le recueillement », « l'appui du groupe », « la douceur », lancent des voix. L'animatrice développe l'origine de cette musique, dansée lors de l'adieu d'une future épouse à ses amies, avant d'établir un parallèle avec la vie spirituelle : « Nous avons tous, à un moment ou l'autre, des décisions difficiles à prendre,



Très simples, les chorégraphies ne requièrent pas de compétences particulières.

« La danse m'oblige à me décharger de mes soucis. Ce lâcher-prise facilite l'entrée dans la prière »

Marie-Ange

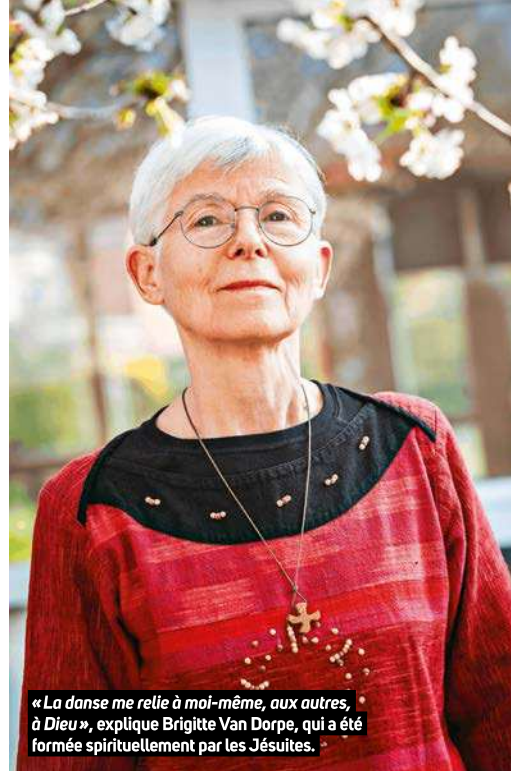
des situations auxquelles il nous faut consentir. Danser ensemble nous affermit, nous aide à faire le pas qui va nous permettre d'avancer. La danse produit ce qu'elle nous propose de vivre », énonce-t-elle paisiblement.

Une nouvelle danse relate l'exil de femmes en Turquie. Sur une mélodie orientale, grave et lente, Brigitte guide avec délicatesse et fermeté l'apprentissage des pas : « Droite, gauche, droite, gauche. Vous sentez que vos chevilles travaillent. Imaginez que vous avez des semelles de plomb, chaque pas est un arrachement. » Véronique, visiblement émue, a les larmes aux yeux. Elle confie un peu plus tard : « Cette danse m'a permis d'accepter concrètement, au-delà des mots, un passage de ma vie que je dois traverser. » Brigitte commente : « Les danses jouent sur nos émotions. De l'émotion à la motion spirituelle, la frontière est fine. »

Maryvonne, un peu perdue dans les mouvements, s'est écartée du cercle. Philippe, son mari, la remet doucement à l'intérieur et lui montre les pas à exécuter. Souffrant de troubles importants de l'attention et de la mémoire, elle retrouve, en dansant,



Le principe répétitif de la musique aide à l'apprentissage des pas.



« La danse me relie à moi-même, aux autres, à Dieu », explique Brigitte Van Dorpe, qui a été formée spirituellement par les Jésuites.

une mobilité et une souplesse qu'elle a perdues en temps ordinaire. Une grâce particulière émane d'ailleurs de tous les danseurs, dont les corps imparfaits, fatigués ou vieillissants ne cherchent ni la séduction ni la performance sportive, mais forment ensemble un mouvement harmonieux, empreint de beauté. « Certains participants confient, en fin de week-end, qu'ils se sont réconciliés avec leur corps », glisse Brigitte. L'un d'eux continue : « Ces danses m'aident à habiter mon corps et apportent une unité avec mon âme et mon esprit. Je peux aussi faire corps avec d'autres. Le sentiment d'être ensemble, en communauté, me dispose à la prière. »

NOTRE CHAIR EST FAITE POUR ALLER VERS LUI

Sœur Pascale-François, clarisse du monastère en charge de l'hôtellerie, passe la tête dans l'entrebâillement de la porte en souriant. Elle aime accueillir ces sessions qui rejoignent la tradition des danses liturgiques gestuées par les Sœurs. « Ici, les participants n'apprennent pas la danse pour la danse, mais sont amenés au plus profond de leur être, là où Dieu les rejoint. » Moniale depuis quarante ans, elle danse régulièrement sur des psaumes ou des hymnes liturgiques au cours de certaines messes, avec quelques Sœurs de la communauté. La gestuelle liturgique inspirée et très étudiée s'ancre dans la spiritualité des Clarisses, profondément liée au mystère de l'Incarnation du Christ. « Le corps n'est pas seulement un poids que nous traînons, qui va vieillir. Il est beau parce que Dieu a trouvé bon de se faire chair. Dans son Corps, notre corps prend un sens profond, notre chair est faite pour aller vers Lui, explique Sœur Pascale-François. Nos danses gestuées élèvent nos corps dans la louange, elles nous décentrent de nous-mêmes et nous livrent totalement à Dieu. »

L'après-midi s'étire en douceur, cadencé par un temps d'enseignement, les danses, nouvelles ou déjà pratiquées, et les encouragements de Brigitte, balises spirituelles

qu'elle glisse ici ou là. Une danse anglaise entraînante précède une autre, d'Israël, bien rythmée, pas si facile à apprendre. L'ambiance est légère, bienveillante. Avant la veillée qui permettra d'intérioriser paisiblement quelques chorégraphies déjà apprises, le cercle se forme pour danser *Anawim* — « les humbles », en hébreu. Les corps synchronisés vibrent et se déplacent lentement, à gauche, à droite puis montent ensemble vers le centre, cœur profond de la personne. Philippe, les yeux fermés, le visage détendu, fredonne la musique d'une voix un peu éraillée et exécute les pas en se balançant, les mains dans celles de ses voisins. De cet instant hors du temps se dégage un sentiment de paix et d'unité qu'il commentera ensuite, avec simplicité : « La danse me permet de choisir la vie, de faire un pas à mon rythme, avec ce que je suis, de marcher humblement avec Dieu et avec les autres. » La danse est devenue prière. ■

Solange du Hamel
Karine Le Ouay/Divergence pour FC

Brigitte Van Dorpe accompagnera une session « Quand le corps devient prière » au centre jésuite du Châtelard (Rhône), du 23 au 30 août. www.chatelard-sj.org

FAIRE DE SA VIE UNE DANSE

« Seigneur / Faites-nous vivre notre vie, non comme un jeu d'échecs où tout est calculé / Non comme un match où tout est difficile / Non comme un théorème qui nous casse la tête / Mais comme une fête sans fin où votre rencontre se renouvelle / Comme un bal / Comme une danse / Entre les bras de votre grâce / Dans la musique universelle de l'amour. / Seigneur, venez nous inviter. »

Madeleine Delbrêl, *Humour dans l'amour*