

Du moindre effort à la performance à tout prix

Pour sa deuxième pièce présentée à Nuithonie, la compagnie de danse *Nous et moi* s'interroge sur la loi du moindre effort dans notre société. Une création collective à découvrir cette fin de semaine.

VILLARS-SUR-GLÂNE. L'idée peut paraître paradoxale: utiliser la danse, le mouvement, le langage corporel, pour évoquer la loi du moindre effort dans notre société contemporaine. Tel est le point de départ d'*A moins de trop*, seconde création que la compagnie fribourgeoise *Nous et moi* présente à Nuithonie, cette fin de semaine. La pièce passera également par La Tour-de-Trême, dans la Saison culturelle CO2, le 2 avril.

«En 2023, à la suite de notre première pièce longue, *Césure*, nous avons beaucoup questionné notre rapport à l'effort», explique Anaïs Kauer-Rako, chorégraphe, danseuse et cofondatrice de *Nous et moi*. Entendue à la radio, une interview du chercheur en neurosciences Boris Cheval met ensuite la



La compagnie *Nous et moi* a exploré un apparent paradoxe: exprimer par le mouvement la fainéantise, la tendance à ne rien faire. PHILIP KESSLER

compagnie sur la piste de la loi du moindre effort, qui touche tous les êtres vivants. Souvenir des temps préhistoriques où la survie impliquait d'économiser ses forces.

«Cette idée m'a beaucoup parlé: comment l'être humain, à force de détourner les lois auxquelles il est soumis, peut en arriver à l'opposé?» Nous vivons en effet un temps où l'obsession de l'effort, de la performance, du dépassement de soi, cohabite avec des progrès technologiques réduisant nos besoins de mouvement, qu'il s'agisse d'IA ou de livraisons à domicile. La pièce va s'intéresser à ces deux pôles, sans les opposer, en tenant

compte des zones grises, quand l'effort vital devient obsessionnel et que le confort protecteur se mue en enfermement.

Réflexion collective

Comme pour toutes ses créations, *Nous et moi* a travaillé de manière collective. Les quatre membres de la compagnie ont échangé, réfléchi ensemble, commencé par des improvisations. Cette fois-ci, Anaïs Kauer-Rako ne sera pas sur le plateau, mais elle co-signe la chorégraphie avec les trois interprètes, Charlotte Cotting, Estelle Kaeser et Adrien Kauer-Rako. «Tout prend du temps, parce que tout le monde donne son avis, mais ces dis-

cussions et remises en question sont très riches.»

Ces trois danseuses et ce danseur connaissent évidemment leur sujet: dans leur discipline, l'effort et la dépense physique se vivent au quotidien. Même si, dès les premières discussions, des différences apparaissent, entre, d'un côté, «si je ne fais pas mon jogging du matin, je ne me sens pas bien» et, de l'autre, «je dois me donner des coups de pied aux fesses pour aller faire mon jogging...» De plus, la pièce voulait «parler de tous les comportements de la société face à l'effort et ne pas oublier les non-sportifs».

Danse urbaine

Invitée comme regard extérieur, la metteuse en scène Marjolaine Minot a aidé à tenir compte de ces différentes composantes de la société. «Nous voulions quelqu'un qui ne soit pas issu de la danse, poursuit Anaïs Kauer-Rako. Elle vient d'un théâtre physique et nous avons envie d'aller un peu dans cette direction.»

Retour au paradoxe de départ, qu'il a bien fallu affronter. Quand le spectacle parle de laisser aller, de fainéantise, grande était la tentation de dire:

«Là, on ne fait rien!» «Mais on ne voulait pas s'arrêter à ça. Il fallait trouver comment exprimer par le mouvement la lassitude, la loi du moindre effort, la tendance à ne rien faire.»

Issue de la danse urbaine, la compagnie *Nous et moi* s'est quelque peu éloignée du genre, sans renier ses racines. «Il en reste clairement quelque chose dans les changements de dynamiques, dans notre rapport à la musique. Mais, quand nous sommes dans un milieu urbain, les danseurs et danseuses nous trouvent très contemporains et quand nous sommes dans un milieu contemporain, on nous trouve très urbain!»

Moins abstrait

La musique, justement, est entièrement composée par Adrien Kauer-Rako. Alors que, pour les spectacles précédents, la bande-son précédait la danse, musique et chorégraphie ont cette fois-ci avancé ensemble. «C'était très intéressant. Elles veulent vraiment dire la même chose, ou, s'il y a décalage, c'est encore plus conscient.»

Quatre ans après *Césure*, *A moins de trop* marque une évolution dans le parcours de *Nous et moi*. «Notre première longue pièce était plus abstraite. Ici, il

ya un aspect plus narratif, même si cela reste de la danse.» Une volonté de concret que l'on retrouve dans la scénographie et ses objets. Des chaises, un fauteuil, symbolisent la sédentarité. Et notre constante tentation au moindre effort. **ÉRIC BULLIARD**

Villars-sur-Glâne, Nuithonie, du 26 février au 1^{er} mars, jeudi 19 h, vendredi et samedi 20 h, dimanche 17 h.
www.equilibre-nuithonie.ch