

Entre la carence et l'excès de mouvement, il n'y a qu'un pas – de danse – pour la compagnie Nous et moi

Bouger un peu, beaucoup, à la folie

La pièce
A moins de trop
réunit trois
chorégraphes-
interprètes,
Charlotte
Cotting,
Estelle Kaeser,
Adrien
Kauer-Rako.
Philip Kessler



« ELISABETH HAAS

Nuithonie » D'un côté, trop peu d'exercice. De l'autre, du sport à l'excès. Entre la tentation du canapé et la mode des ultra-trails, il y a un fossé qui a interpellé la compagnie fri-bourgeoise de danse Nous et moi. Dans sa nouvelle création *A moins de trop*, à l'affiche entre jeudi et dimanche à Nuithonie, elle met en scène ce tiraillement humain et nos contradictions contemporaines. C'est la deuxième pièce que ses quatre chorégraphes montent sur un grand plateau, après *Césure*. Mais la compagnie a aussi créé des formats courts, pour le festival Altitudes notamment.

Le point de départ de la pièce tient donc dans l'étonnement de Charlotte Cotting, Estelle Kaeser, Anaïs Kauer-Rako et Adrien Kauer-Rako face à ces extrêmes: les conséquences

délétères de la sédentarité sur la santé et les phénomènes d'addiction liés aux courses d'endurance.

Lisibilité

Dans leur longue pratique de la danse, qui remonte à l'enfance et qui s'est professionnalisée, il y a aussi eu du surentraînement, des blessures et beaucoup de fatigue. En pause entre deux phases de travail intense, il leur a fallu à contrario de la discipline et de la rigueur pour rester suffisamment entraînés. Le rapport d'une danseuse ou d'un danseur à son corps, face aux miroirs des studios, au regard du public, à l'objectif de performance, n'a rien d'un long fleuve tranquille. Il est lui aussi parfois compliqué.

«En tant que danseuse, danseur, il faut parfois lutter contre son corps. Nous sommes constamment confrontés à notre image. C'est difficile de ne pas en faire une obsession»,

avoue Anaïs Kauer-Rako, qui œuvre uniquement comme chorégraphe cette fois.

Pour donner corps à leurs idées, les trois interprètes et elle se sont entourés de la comédienne et metteuse en scène Marjolaine Minot, active sur la scène du théâtre de mouvement. «Nous l'avons engagée comme regard externe, pour que notre narration soit plus soutenue, pour que nos intentions dramaturgiques soient plus lisibles», explique Anaïs Kauer-Rako. Cela nous a énormément apporté de travailler avec elle.»

Avec ce souci de «raconter une histoire» et de davantage caractériser des personnages, «créer du relief et des tensions entre les interprètes», la compagnie Nous et moi a ainsi abordé une autre manière pour elle de créer un spectacle. Sans toutefois perdre son style et son identité artistique marquée par les danses urbaines et contemporaines.



«Cela nous a énormément apporté de travailler avec Marjolaine Minot» Anaïs Kauer-Rako

Elle a aussi développé dans la pièce *A moins de trop* toute une interaction avec un décor et pas seulement avec les lumières de scène. «Nous travaillons avec des chaises, qui représentent la loi du moindre effort, contre laquelle nous devons lutter», éclaire Anaïs Kauer-Rako. Mais l'excès d'exercice physique n'endommage pas moins le corps: «Les deux extrêmes se rejoignent sur ce point», d'autant que la valorisation de l'effort est socialement très forte actuellement. «On critique ceux qui ne font rien, mais certains exploits qui ont lieu dans des conditions terribles ne sont pas nécessairement admirables.»

Un équilibre à trouver

Ce n'est pas le moindre des paradoxes que mettent en lumière les interprètes. Car qu'est-ce que la généralisation du vélo électrique et des salles de fitness traduit-elle de notre société?

pointe la chorégraphe. À l'heure des supermarchés accessibles en voiture, il n'est aujourd'hui plus nécessaire de bouger pour subvenir à nos besoins: «Nous avons tellement bien réussi à faire moins d'effort qu'il a fallu recréer artificiellement les moyens d'être en mouvement.»

Mais entre ceux qui passent leurs journées dans un bureau et les bourreaux des dénivelés positifs, il n'est pas question de faire la morale à qui que ce soit. Les interprètes traverseront «différents états et différentes étapes», permettant à chacune et chacun de s'identifier à la pièce, espèrent-ils, pour, peut-être, «instaurer de bonnes habitudes, durables et saines». Anaïs Kauer-Rako: «Cet équilibre, c'est quelque chose que nous cherchons encore.» »

► Je 19 h, ve et sa 20 h, di 17 h
Villars-sur-Glâne
► Nuithonie. Aussi le 2 avril à la Salle
CO2 de La Tour-de-Tréme.