

BIEN-ÊTRE

Une pratique à la loupe

Le tango argentin, l'art de la séduction

Danse mythique mais aussi univers culturel à part entière, le tango argentin poursuit son essor grâce à son charme inégalé et à sa créativité sans limite.

« Son médecin lui avait conseillé de faire de l'activité physique « sinon, un jour, le cœur va dire stop ! ». C'est ainsi que Jean-Claude Delsart (Patrick Chesnais), 50 ans, huissier de justice, pousse la porte d'un cours de tango dans le film de Stéphane Brizé, *Je ne suis pas là pour être aimé* (2005). Et sa vie en sera changée.

Apparemment il en est de même pour celles et ceux qui découvrent l'univers envoûtant de cette pratique venue des bas-fonds de Buenos Aires vers 1880 : « *Dès les premières minutes de mon premier cours, quand je suis rentré dans la salle, que j'ai entendu la musique et fait mes premiers pas, mes premiers guidages, j'ai su que c'était ça que je recherchais. Les sensations que j'ai eues ce jour-là étaient saisissantes*, explique Julien, 27 ans, cadre en recherche et développement et adepte depuis trois ans. *Le tango, c'est à la fois un travail sur le corps, la relation et l'écoute de l'autre, la sensibilité à la musique.* » Une alchimie très particulière née d'une danse « vivante, qui n'a jamais été standardisée en Argentine et dont le style pouvait varier d'un quartier à l'autre dès ses débuts », précise Marc Pianko, fondateur de l'association Le Temps du tango, créée en 1994.

Malheureusement la dictature militaire qui sévit dans ce pays jusque dans les années 1970 voit d'un mauvais œil cette activité un peu trop subversive à leur goût et les danseurs sont persécutés. Il faut attendre la décennie suivante pour assister à son renouveau, grâce à la volonté de producteurs et d'artistes qui créent le spectacle *Tango argentino*, dont la tournée mondiale sonne l'heure de la renaissance de ce qui va devenir un véritable phénomène de mode. Comme une soixantaine d'années auparavant, quand les marins ar-



FROUMENT F. JURBA IMAGES SERVER

gentins avaient fait connaître le tango en Europe, un succès foudroyant, déjà !

LA DANSE DU COUPLE PAR EXCELLENCE

Ce renouveau, après la vague disco, n'étonne pas Marc Pianko : « *C'est la danse de couple par excellence, avec une relation très profonde pendant trois minutes entre les partenaires.* » Même si l'apparence est très importante, comme le souligne Alima,

danseuse professionnelle et qui apprécie le tango pour « *son état d'esprit, la beauté d'une danse où on peut être très féminine et s'habiller. Les gens y recherchent le côté "classe".* » Tout un rituel accompagne d'ailleurs les soirées

dansantes (*milongas*) : l'invitation par un signe de tête, les danses par séries de trois ou quatre morceaux (*tandas*), séparés par une petite musique sans rapport (*cortina*), l'alternance de trois variations spécifiques (tango argentin, valse argentine et *milonga*) au cours du bal, etc.

Les novices peuvent se sentir un peu intimidés mais il ne faut pas

hésiter à se lancer car c'est en pratiquant que le tango prend tout son sens. Malgré un apprentissage long et difficile, Julien conseille, « *surtout, de ne pas être trop impressionné par la difficulté, d'oser faire l'essai.* » Au bout de quelques mois on peut vraiment commencer à se sentir à l'aise mais au-delà des pas à apprendre et à combiner à l'infini, c'est l'esprit qu'il faut saisir : « *Le tango est un aboutissement, c'est l'une des disciplines les plus riches et les plus complexes*, assure Terence, 35 ans, directeur du développement et habitué de ce milieu. *La connexion dans le couple est forte, il faut beaucoup ressentir l'autre.* »

Ce que confirme Alejandro, danseur professionnel, pour qui le tango est « *une danse interactive, avec une recherche de communication corporelle dans tous les sens, une vraie communion.* ». Avec un but ultime : « *Arriver à l'improvisation, c'est magnifique !* »

ANNE DELABRE

Où pratiquer ?

Il n'existe pas de fédération regroupant les écoles de tango argentin. Comme pour toutes les danses de couple, aucun diplôme ne garantit la qualité des professeurs. Il faut donc tester et voir si l'enseignement, l'ambiance et le public du cours vous conviennent. Idem pour les soirées (*milongas*), qui se multiplient un peu partout dans l'Hexagone. Pour plus d'informations, consulter les sites Internet, www.letempsdutango.free.fr (activités autour du tango dans toute la France) et www.tango-argentin.net (agenda des cours et bals à Paris).

Comportement

Les limites du culte de l'urgence

Nicole Aubert, sociologue et professeur à l'ESCP-EAP, a écrit « le Culte de l'urgence » (*). Elle pointe les dangers pour les individus de la généralisation de ce modèle.

La dictature de l'urgence doit son avènement à la fusion du capitalisme financier avec les nouvelles technologies de la communication. C'est le règne de l'instantané, de l'exigence d'immédiateté : on ne tolère plus d'attendre, la réactivité est valorisée. Tout cela génère et entretient l'urgence permanente. Cette dernière est imposée par l'extérieur (en particulier le milieu professionnel), mais elle « contamine » toutes les dimensions de l'individu, même sa vie intérieure et personnelle. Elle devient un mode de fonctionnement général et habituel, alors qu'elle n'est pas forcément nécessaire ! L'urgence intérieure est aussi liée à une volonté de puissance sur le temps, au besoin de combler le vide. On veut maîtriser le temps, le posséder, le rentabiliser. On se surpasse en acceptant de faire toujours plus, toujours plus vite, au travail comme ailleurs. On s'estime indispensable et supérieur.

Remplir son agenda permet de contrer l'angoisse du vide et de la mort, de se sentir vivant, de servir à quelque chose. Le risque, c'est de devenir tyran de soi-même, sans aucune raison professionnelle ou économique. On ne se fixe plus de limites. C'est une fuite en avant, une fuite de soi : on va plus vite, on gagne du temps, mais on n'en profite même pas ! Tout devient urgent et important, on ne fait plus le tri car on n'a pas le temps... Certains se droguent à l'urgence, qui les rend euphoriques, et d'autres, au contraire, sont « corrodés » par l'urgence, elle les consume. Mais, le problème vient du fait qu'il n'y a plus de pause, de recul, d'analyse, plus de temps pour se ressourcer. On s'expose alors à la surchauffe, à l'épuisement... Il faut donc essayer de faire la part des choses et ne pas surajouter à sa vie personnelle la pression de l'urgence au travail...

STÉPHANIE CONDIS

(*) *Paru chez Flammarion en 2004.*

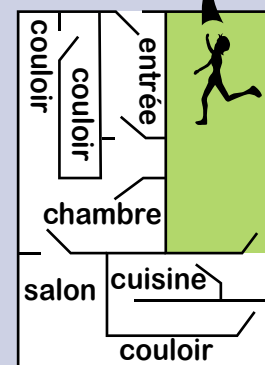
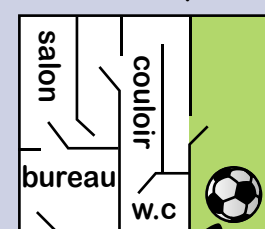
Neurojeux

Êtes-vous au TOP de votre vivacité mémorielle ?

Donnez-vous au plus 3 minutes pour mémoriser ces trois neur puis cachez l'ensemble du visuel et répondez vite aux questions.

Neurojeu 1

Attention aux portes !



Neurojeu 2 Attention aux couleurs et aux motifs !



Neurojeu 3



QUESTIONS : jeu 1 : Combien de portes seront au minimum traversées ?

jeu 2 : Quelles étaient les couleurs du T-shirt à l'imprimé ?

jeu 3 : Retrouvez les 10 numéros de voile.

jeu 4 : Combien de portes seront au minimum traversées ?

jeu 5 : Combien de portes seront au minimum traversées ?

jeu 6 : Combien de portes seront au minimum traversées ?

jeu 7 : Combien de portes seront au minimum traversées ?

jeu 8 : Combien de portes seront au minimum traversées ?

jeu 9 : Combien de portes seront au minimum traversées ?

jeu 10 : Combien de portes seront au minimum traversées ?

jeu 11 : Combien de portes seront au minimum traversées ?

jeu 12 : Combien de portes seront au minimum traversées ?

LES RAISONS DE S'Y METTRE

Travailler la maîtrise de ses gestes dans la précision et améliorer son équilibre.

- Développer sa sensualité, surmonter des blocages physiques ou psychologiques.
- Découvrir toute une culture

au-delà de la danse (musicale, littéraire, cinématographique...).

- Pouvoir commencer à tout âge, si possible pas trop tôt, car c'est une danse qui demande une certaine maturité.