



CRR de Paris **Atelier de Body-Mind Centering® et de** **Mouvement Authentique**

Intervenante : Nadia Vadori-Gauthier, chorégraphe, professeure des conservatoires, formatrice en Body-Mind Centering (BMC®), docteure en esthétique, arts et sciences de l'art de l'Université Paris 8.

Horaires : le lundi de 9h à 13h.

Dates : **20 novembre** 2023 - salle Fauré / **4 et 18 décembre** 2023 - salle 201

15 janvier 2024 - salle Fauré / **5 et 26 février** 2024 - salle 201

11 et 25 mars 2024 - salle 201 / **22 avril** 2024 - salle 201

27 mai 2024 - salle 201 / **3 juin** 2024 - salle 201

Lieu : CRR de Paris, 14, rue de Madrid, Paris 8e.

Contact et Inscription : Nadia.VadoriGauthier@paris.fr

Public : Professeurs et étudiants CPES danse, théâtre et musique.

Enjeux :

- Développer des moyens de connexion à ses sensations corporelles et à ses perceptions, en relation aux différents systèmes anatomiques et physiologiques.
- Acquérir des outils de présence, d'écoute et d'ancrage.
- Savoir activer des relations aux autres, aux publics, à l'espace, aux environnements sans se couper de l'écoute interne.
- Améliorer ses possibilités de mouvement et de qualité de mouvement dans l'expression artistique.
- Développer des chemins de connexion à l'imaginaire et à l'inconscient.



Le Body-Mind Centering® :

Le Body-Mind Centering® est une approche pédagogique d'éducation somatique par le mouvement et le toucher.

Conçu par Bonnie Bainbridge Cohen, le BMC® est une étude du corps en mouvement qui passe par l'expérience : principalement par des explorations de mouvement et de toucher, mais aussi par l'étude de l'anatomie et de la physiologie. Ce travail invite à une découverte des systèmes du corps (squelette, système nerveux, système musculaire...), qui font chacun émerger des états de corps, des qualités de mouvement et des états d'esprit spécifiques.

Le ressenti et la mobilité des tissus du corps sont affinés à l'aide du mouvement, du toucher, de la voix et de l'imaginaire. Les apprentissages améliorent peu à peu la capacité à s'ouvrir aux changements et l'aptitude à aider les autres à découvrir de nouvelles possibilités. C'est par ce type d'exploration que l'on entre dans le processus d'incorporation que propose le BMC®.

Le Body-Mind Centering® peut s'appliquer à une infinité d'activités professionnelles. À l'heure actuelle, il est utilisé en danse, en yoga et autres pratiques corporelles, dans le champ artistique (voix, musique, etc.) ; en ergothérapie, kinésithérapie, ostéopathie, psychothérapie, médecine, ainsi que par ceux qui travaillent sur le développement de l'enfant, la pédagogie, ou encore dans le domaine des disciplines sportives ou psychophysiques.

(Source : [soma-france](http://soma-france.com))



Le Mouvement authentique :

Le Mouvement authentique et pratique ressource et méditative créée par la chorégraphe Mary Starks Whitehouse, dans les années 50, aux États- Unis. Cette pratique, s'effectue en mouvement, sans musique et les yeux fermés. Elle se base sur une relation entre celui /celle qui bouge et un témoin.

Depuis plus de dix années Nadia Vadori-Gauthier s'intéresse à la façon dont cette pratique nourrit les processus d'expression et de création. Elle a élaboré au fil du temps des protocoles à des fins de création et d'expression artistiques. L'enjeu est de pouvoir rester connecté à des sources d'inconscient et d'imaginaire, tout en investissant des processus de partage de l'émotion et de la sensation.

Nadia Vadori-Gauthier utilise des techniques spécifiques, issues d'un mouvement libre afin d'investir des états de corps et de composer avec la sensation et la vibration. Le mouvement se génère à partir d'une source interne de sensation en se composant aux éléments externes (partenaires et environnements)et à la technique.

Contact et Inscription : Nadia.VadoriGauthier@paris.fr

Biographie

Nadia Vadori-Gauthier

Chorégraphe

Docteure en esthétique, sciences et technologies des arts

Professeure certifiée en Body-Mind Centering®

Artiste associée au laboratoire 1573 Scènes du monde, Université Paris 8

Fondatrice de la méthode chorégraphique Corps sismographe®

Professeure des conservatoires de la ville de Paris



Formée initialement à la danse classique, puis aux arts plastiques, Nadia Vadori-Gauthier active, par la danse, des liens à notre époque.

Docteure en art, ses propositions de recherche-crédation questionnent les frontières entre l'art et la vie, le visible et l'invisible, le mouvant et la forme, afin de produire un art qui permette de tisser de nouveaux agencements collectifs. Après sa première Cie. Les souliers rouges, au

sein de laquelle elle crée « Motion & Motion » (Prix nouveau talent chorégraphique SCAD 2003), « La Femme squelette », « Nocturne » et « Evening Flowers », elle crée la cie chorégraphique Le Prix de l'essence en 2010.

Elle développe des alternatives aux modes dominants de visibilité/corporéité, envisageant les images et les formes comme vecteurs de connexion au vivant. Son travail investit une perspective éthique qui place la relation et la résonance à la source des processus. Auteure de huit pièces, elle compose avec la sensation, l'émotion, l'imaginaire, et l'inconscient, ainsi qu'avec une dimension vibratoire-énergétique qui induit des relations de résonance aux autres et aux environnements.

Au fil du temps, elle a créé une technique de composition instantanée en danse, qui interconnecte des dimensions d'intériorité et d'extériorité : Corps sismographe®. Elle a élaboré un jeu de cartes à Danser : Réel Machine, dédié aux danseurs, danseuses et chorégraphes. Elle développe, par ailleurs des propositions en lien aux œuvres muséales et aux arbres, et participant à des publications dans des revues de recherche et ouvrages collectifs.

Depuis 2015, elle mène un acte chorégraphique quotidien de résistance poétique : Une minute de danse par jour, qui compose une œuvre au long cours, se tissant à la fois d'éléments personnels et collectifs, de quotidien et d'évènements de l'actualité. En 2017, Elle dirige la publication de l'ouvrage collectif Danser Résister (Éditions Textuel). Un documentaire a été réalisé sur Une minute de danse par jour: Une joie secrète de Jérôme Cassou (sortie en salles en septembre 2019).

Aujourd'hui, elle se consacre à la création et à la transmission: « Il nous faudra beaucoup d'amour » pièce de danse au musée, et à la constitution d'un carnet de bal, invitant des chorégraphes à prendre le relais de la minute de danse entre avril 2023, date de la danse 3000 et janvier 2025 au terme de 10 années de danses quotidiennes.