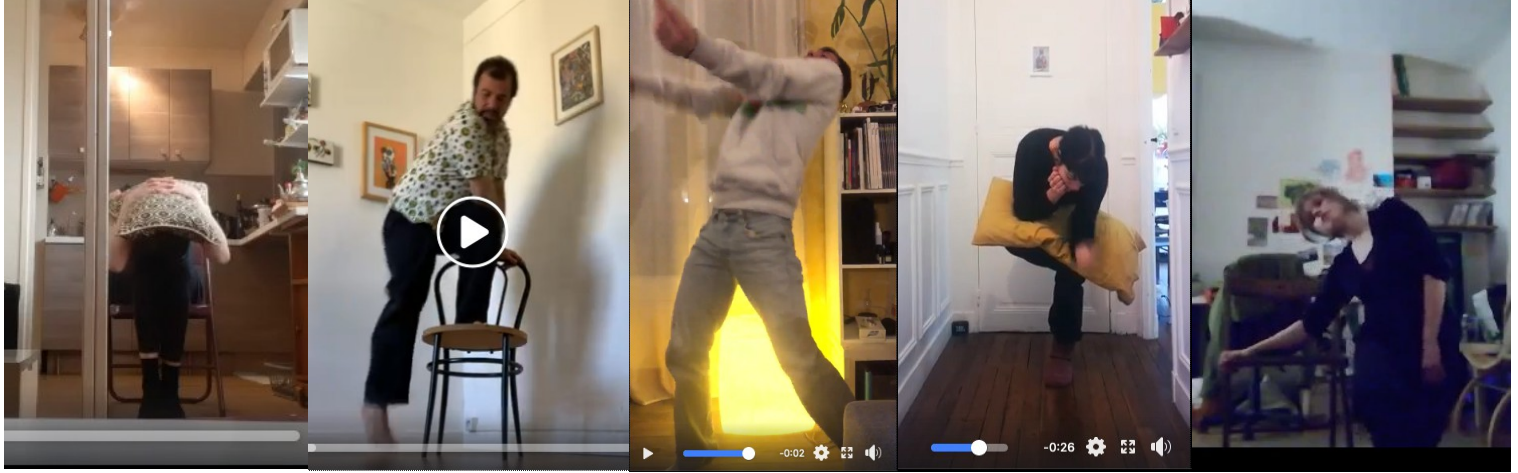


Gestez chez vous !

Un projet participatif de la Compagnie Hippocampe
et du Théâtre Victor Hugo - Scène des Arts du Geste



Gestez chez vous !

Un projet participatif proposé par Compagnie Hippocampe

Sur une idée de : Luis Torreao et Esther Wahl

Avec : Sonia Alcaraz, Mélody Maloux, Guillaume Le Pape, Luis Torreao, Esther Wahl et Vous !

Musique : Robin Gentien

Coproduction : Théâtre Victor Hugo – Bagneux et Compagnie Hippocampe

Hippocampe reçoit le soutien de la Ville de Paris

Contenus textes pour les vidéos tutoriels

Ci-dessous, vous trouverez en version écrite le contenu des vidéos tutoriels que vous pouvez trouver sur le site de la compagnie ou la page Facebook *Gestez Chez Vous*. Nous avons pensé que la mise à disposition des textes écrits pourrait vous aider dans votre composition.

Une fois que votre vidéo sera prête merci de la nommer : #GestezChezVous - Votre prénom et nom (ou pseudo) et la publier sur YouTube.

Ensuite, envoyez nous le lien à : gestezchezvous@gmail.com

Vidéo 1 - Introduction

Ce projet vous est proposé par la Compagnie Hippocampe, basée à Paris. Notre travail artistique se situe quelque part entre la danse et le théâtre, dans ces territoires qu'on appelle les Arts du Mime et du Geste.

Nous vous invitons à participer avec nous à une expérience collective de création. C'est un projet qui se passe en deux temps :

Le premier temps sera celui de mettre « dans la boîte », en faisant une vidéo, une séquence de mouvements que vous allez créer vous même en suivant les indications qu'on vous donnera dans la vidéo suivante. Pour créer ces mouvements nous allons nous inspirer à la fois de la notion d'improductivité (qui peut être associé à l'ennui, à la contemplation...) et de la joie (qui peut être associé à la libération, à la jubilation, à l'extase).

Ceux qui le souhaitent vont nous envoyer ces vidéos et on les publiera sur le site de la compagnie et sur les réseaux sociaux. C'est une façon de partager quelque chose avec les autres et de réaliser un projet ensemble, même si chacun est dans son chez soi.

Par la suite, nous allons vous proposer d'apprendre une autre séquence de mouvements. Cette nouvelle séquence sera préparée par nous et vous allez la mettre ensemble avec celle que vous avez créé. Chacun aura donc une « chorégraphie » composée par une partie commune à tous, celle que nous aurons créée et une partie unique à vous, celle que vous aurez créé.

En partenariat avec le Théâtre Victor Hugo – Scène des Arts du Geste à Bagneux, nous allons organiser une présentation publique du résultat de notre travail commun, une Sortie de Confinement. Ce sera le moment de libérer nos gestes.

Dans les deux vidéos suivantes on vous donnera les indications pour créer votre propre séquence de mouvements.

Vous trouverez aussi le lien pour télécharger la musique composée par Robin Gentien, sur laquelle on va travailler.

Amusez-vous bien et prenez soin de vous.

Vidéo 2 - Chemin de base

Nous vous proposons donc une structure afin de créer, chez vous, une courte composition de mouvement, que vous nous enverrez ensuite par vidéo.

Vous aurez simplement besoin de votre corps et d'une musique qui a été composée spécialement pour ce projet, dont vous trouverez le lien pour la télécharger sur le site de la compagnie ou la page Facebook du projet.

Pour commencer, vous allez choisir cinq *positions*. Trois qui représentent pour vous des images de *l'improductivité* (ennui et/ou contemplation), et deux qui représentent *la joie* (libération, jubilation). Nous vous conseillons d'utiliser une chaise, ou un tabouret, pour trouver les positions. Cela nous donne la possibilité, d'être assis, debout, par terre... appuyé sur la chaise, ou pas. Mais vous pouvez aussi choisir de ne pas l'utiliser ou encore utiliser un autre support pour vous appuyer. Enfin, vous pouvez aussi choisir de rajouter un objet qui vous inspire à votre parcours : un oreiller, un livre, un drap... libre à vous de faire appel à votre imagination.

Une fois ces cinq positions trouvées, vous allez créer le chemin pour aller de l'une à l'autre de la façon la plus simple possible. Quand on arrivera à la dernière on reviendra à la première, formant ainsi une boucle. Vous pouvez par exemple commencer par les trois positions « improductives » et passer ensuite aux deux positions qui expriment « la joie », avant de revenir à la première. Ou intercaler, une « improductive » et une « joie »...

On appelle ce parcours : Le chemin de base. Un chemin en boucle qui peut être répété.

Maintenant on va le placer avec la musique. On peut diviser cette musique en comptant X fois 4 temps. Comme ça (exemple : 1, 2, 3, 4). On va donc lancer la musique, compter jusqu'à 4 et commencer le chemin ensuite. Le passage d'une image à une autre se fera en *quatre temps*.

Pour bien enregistrer ce chemin dans son corps, on peut enchaîner la boucle plusieurs fois.

Si vous êtes deux ou plus à la maison, vous pouvez suivre le même procédé en composant les images à plusieurs sur les mêmes thématiques ! Soit en parallèle, soit en interagissant, en complétant les images l'un de l'autre.

Ensuite on passera à l'étape suivante, celle des variations, expliquées dans la prochaine vidéo.

Vidéo 3 - Variations

Pour la suite, nous vous proposons de repasser par le même chemin en faisant des variations.

Nous allons vous donner ici quelques procédés qui pourront vous aider à transformer vos chemins.

Ces procédés viennent pour la plupart des techniques des arts du mime et du geste, et nous les utilisons afin de rendre la séquence de mouvement plus vivante et dynamique, en donnant une certaine musicalité au mouvement.

Pour cela, nous avons différentes portes d'entrées.

Il est possible de se concentrer sur **l'articulation** du mouvement. C'est-à-dire, de décomposer chaque changement de position en deux, trois, ou quatre mouvements différents, sur les quatre temps de la musique ou en passant à 8 temps la durée du changement.

Il est possible aussi de chercher des **dynamiques**. C'est à dire, de modifier la vitesse et la densité de votre mouvement.

Par exemple :

une accélération (ou une décélération).

Une extrême de la lenteur

La saccade... etc.

Ces qualités de mouvement, nous pouvons également les trouver en imaginant que nous bougeons dans/avec des **matières** : on peut imaginer pour un mouvement défini que tout le corps devient magma, ou bien de l'air, ou de l'eau... cela donnera des qualités et des dynamiques différentes.

Il est également possible d'ajouter, à un ou deux moments, des **immobilités** (le plus intéressant, souvent, étant de les faire à des moments inattendus).

Il y a également l'idée de **répétition**. Répéter un mouvement, ou une petite séquence de mouvement...

Et tant d'autres possibilités, que vous pourrez également vous-même inventer !

Pour la **fin**, après vos deux séquences de variations, nous vous proposons de libérer vos mouvements dans une « danse de la joie », de la libération... Comme pour un moment d'évasion, de délivrance !

Le but de cette structure n'est pas de vous contraindre mais au contraire de vous proposer un cadre dans lequel vous êtes invités à trouver votre liberté, à amener votre langage et vocabulaire corporel, vos envies. Qui que vous soyez, nous vous invitons joyeusement à faire partie de ce projet !

Il est également possible, si l'envie vous en vient, de nous proposer une version différente d'agencer vos gestes. Nous vous proposons alors de travailler toujours avec ces thématiques d'improductivité et d'extase, mais vous pouvez également nous proposer un autre contexte, un autre objet, une autre structure de séquence... Ou même de faire les deux.

Alors, confinés ou pas, c'est à vous de jouer... Geste chez vous !
Nous avons hâte de voir vos propositions !

Une fois que votre vidéo sera prête merci de la nommer : #GesteChezVous - Votre prénom et nom (ou pseudo) et la publier sur YouTube.

Ensuite, envoyez nous le lien à : gestechezvous@gmail.com