

Dance First

Think Later

Dossier réalisé par Gaëlle Dumas
Septembre 2026

1 Le mètre invisible

Perception du corps, de l'espace et des présences à distance

Nous vivons entouré-e-xs de limites que personne n'a tracées, et pourtant nous les ressentons parfaitement : la distance à laquelle on se tient d'un-e-x inconnu-e-x dans un ascenseur n'est pas celle qu'on adopte avec un-e-x ami-e-x proche ; le sentiment d'être observé-e-x dans le dos, avant même de se retourner ; le léger inconfort quand quelqu'un s'approche « juste un peu trop » ou au contraire l'appréciation de ce moment. Ces frontières invisibles existent, changent selon les personnes, les cultures, les situations, les émotions du moment, et pourtant on ne les voit pas.

Cet atelier part d'une question simple : peut-on vraiment mesurer ce qui nous sépare ou nous relie aux autres ? Comment rendre perceptible ces limites qui nous entourent ? Où commence et où s'arrête notre espace personnel ? Ces territoires invisibles sont pourtant bien réels, on les sent physiquement, on peut les défendre parfois sans même en avoir conscience, et ils ne cessent de bouger selon les contextes.

À travers des exercices de perception, de déplacement et de ressenti collectif, les élèves sont invité-e-xs à explorer concrètement ces zones invisibles : comment on perçoit la présence d'une autre personne sans la voir, comment on ressent un regard posé sur soi, à quel moment une distance devient inconfortable, et comment ce seuil personnel varie d'un individu à l'autre, d'un moment à l'autre. L'atelier ouvre ainsi une réflexion sensible et concrète sur l'espace personnel, le consentement du corps, et la manière dont chacun-e-x habite son propre territoire, une exploration qui trouvera des échos dans plusieurs œuvres de l'exposition, autour du corps, du geste et de la présence.