

# L'art de conserver la santé

Chorégraphie	Ondine Cloez
Interprétation	Anne Lenglet Clémence Galliard Ondine Cloez
Arrangements musicaux/lumière	Vic Grevendonk
Dramaturgie	Marine Bestel

« L'art ne saurait de l'homme éterniser les jours,  
Et le mal quelques fois brave tous les secours.  
Si tu veux de tes ans prolonger la durée,  
Soupe peu, du vin pur ménage ta verrée;  
Marche après ton repas; ne dors point dans le jour;  
De l'urine et des vents crains en toi le séjour;  
Chasse loin les soucis, évite la colère:  
C'est ce qu'écrivit Salerne au bon roi d'Angleterre. »

012101  
L'ÉCOLE  
DE SALERNE,  
L51 ou  
L'ART DE CONSERVER

LA SANTÉ,  
*En vers latins & françois,*

Avec des Remarques ; recueillie , augmentée  
& publiée

*Par M. LEVACHER DE LA FEUTRIE.*



A PARIS,  
Chez MÉQUIGNON l'aîné, Libraire, rue des  
Cordeliers, près des Écoles de Chirurgie.

---

M. DCC. LXXXII.

## Introduction

J'ai créé en Janvier 2018 ma première pièce, Vacances vacance. Un an après, je décide de me lancer dans un nouveau projet L'art de conserver la santé. Il ne s'agit pas d'une suite, au contraire, j'ai envie avec cette pièce d'explorer un autre champ d'investigation. Autant Vacances vacance parlait d'un sentiment interne, d'impressions personnelles, autant cette deuxième pièce s'appuie sur des outils extérieurs (des aphorismes sur la santé) et lointains (le Moyen-Age). Ce sera un trio interprété par Anne Lenglet, Clémence Galliard et moi-même.

## Salerne

Le projet L'art de conserver la santé est une pièce chorégraphique chantée qui s'inspire du recueil « Regimen Sanitatis Salernitanum ou l'art de conserver la santé ». J'ai découvert ces textes en cherchant des informations sur la culture des plantes médicinales pour mon jardin. Un des conseils d'introduction d'un livre sur le jardinage était d'apprendre par coeur les aphorismes de Salerne, afin de de connaître les vertus et propriétés de ces plantes.

Régimen Sanitatis Salernitanum ou L'art de conserver la santé est un ouvrage anonyme, probablement collectif, écrit au XIIIème siècle. Il reprend les préceptes de l'école de Salerne, considérée comme la première université de médecine européenne. Il fut d'abord rédigé en latin, puis traduit vers le vieux français, et enfin vers le français.

Ce sont de courts poèmes rédigés en alexandrins concernant l'hygiène et diverses manières de rester en bonne santé, et donc de ne pas mourir.

Chaque poème est titré; Du sommeil, De la sauge, Du souper, De l'oie, Des mûres, Du vin, Ce qui fait mal aux yeux, Contre la passion amoureuse, Contre le rhume, De l'été, etc. Plus qu'un régime comme nous l'entendons aujourd'hui, il s'agit ici de tout ce qui a un rapport au corps et à l'art de vivre en général.

Si certains conseils nous semblent aujourd'hui dépassés (par exemple la saignée), en revanche les connaissances sur les plantes et la nourriture restent d'actualité. Les conseils naviguent entre médecine savante et médecine populaire, on peut aisément imaginer que ces préceptes avaient valeur de vulgarisation scientifique et ont été écrit pour être transmis et appris à la population. C'est un mélange de conseils pratiques et de poésie, de sonnets terre-à-terre et de fantaisie poétique.

### De la menthe

« Menthe, à chasser les vers si ton effet est lent,  
C'est fait à ton honneur; on dira; mente ment. »

*L'Ecole de Salerne.* 63



## CHAPITRE II.

*De l'air.*

### A P H O R I S M E X.

**A**ER fit purus, fit lucidus, & benè clarus,  
Infectus neque fe, nec olens foetore cloacæ,  
Alteriusque rei corpus nimis inficientis.



Si je peux me choisir une libre atmosphere,  
L'air pur, clair & ferein, est l'air que je préfere.  
Des marais, des égouts l'horrible puanteur  
Offense l'odorat, & fouleve le cœur.

### S C H O L I E.

Tous les hommes ont une certaine

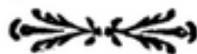
La langue est directe, concise, et parfois humoristique. La deuxième personne du singulier est très souvent utilisée. Ce tutoiement s'adresse autant au lecteur: « Quand tu seras levé, fais un tour dans tes chambres; Lave tes yeux, tes mains, étends un peu tes membres (...) » qu'à l'objet, voire l'aliment du poème: « Tu les surpasses tous, Canard, par ta douceur (...) » et m'ont tout de suite évoqué un rapport acteur/public.

Il existe plusieurs versions en français, celle que j'utilise est une traduction du 1782 de M. Levacher de La Feutrie. Après être tombés dans l'oubli, ces aphorismes ont connus un regain d'intérêt au XVIIIème et XIXème avant d'être de nouveau négligés.

Interprétation et mise à jour

Très vite j'ai eu envie de mettre en musique ces aphorismes. Je travaille pour cela avec Vic Grevendonk qui a créé la lumière de Vacances vacance. Il est aussi musicien, nous écrivons depuis plusieurs années des chansons ensemble au sein d'un groupe qui s'appelle Mama Chihuahua. Nous faisons également partie d'un chœur amateur, ainsi que Clémence Galliard et Anne Lenglet, les collaboratrices de ce projet.

**hoc proprio tuta signum est in ore diata.**



**Que l'estomac soit libre, avant que de manger,  
Qu'il soit net; autrement c'est peu le ménager.  
Au cri de l'appétit ne ferme point l'oreille,  
De manger à propos il fait signe à merveille.**

**S C H O L I E.**

Les chansons du Regimen Sanitatis Salernitanum sont la partie principale du projet. Mais je souhaite aussi développer deux autres chantiers sous-jacents: les gestes perdus et l'amitié.

La chantier des gestes perdus est plus directement lié à Salerne car c'est une question qui est apparue en commençant les recherches sur le contexte historique de ces aphorismes. En enquêtant sur l'époque où ils ont probablement été écrit, le XIIIème siècle, c'est-à-dire le bas Moyen-Age, j'ai découvert le travail de Régine Pernoud (La femme aux temps des cathédrales) et Michel Pastoureau (historien médiéviste spécialiste des symboles, des animaux et de la vie quotidienne). Ils étudient dans leurs travaux respectifs la vie quotidienne, le système de valeurs, les croyances, le rapport aux animaux, aux couleurs, à la famille; un ensemble parfois renommé « histoire des sensibilités ». M. Pastoureau répète souvent qu'il faut regarder le Moyen-Age sans anachronisme, c'est-à-dire sans projeter nos savoirs et croyances actuelles. « L'histoire change tous les jours » à mesure que nos connaissances évoluent.

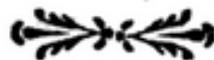
Un des points qui m'intéresse c'est le manque d'informations. Par exemple en ce qui concerne les gestes, il affirme que nous ne savons rien. Nous ne savons pas comment les gens se disaient bonjour, comment ils marchaient, comment ils se regardaient. En tant que danseuse, ce « trou » de l'histoire m'intéresse beaucoup. Il laisse la place à l'interprétation et permet un rapprochement entre nos corps contemporains et ceux des habitant.e.s du Moyen-Age.

Plus j'en apprend sur les hommes et les femmes du Moyen-Age et plus j'ai l'impression que ce pourrait être nous. Quelque chose de familier émane de cette culture, le goût des livres, de l'étude, l'évolution de la place des femmes, la fantaisie, le travail en collectif, etc.

Que se passe-t-il quand nous pensons une culture passée, lointaine, avec son système de valeurs, son Histoire, ses mentalités mais sans pouvoir imaginer les mouvements exacts des corps. Bien sûr il existe des traces et témoignages de danses, des chansons de gestes, une iconographie. Mais comment savoir à quelle vitesse les gestes étaient produits, qu'est-ce qui les accompagnait la parole, quelles démarches avaient ces personnes. Les gestes me semblent une piste passionnante en ce sens qu'ils sont toujours contemporains. Les gestes que je fais aujourd'hui sont traversés, habités par le contexte dans lequel je vis.

Comment pourrions-nous imaginer les gestes du Moyen-Age comme des gestes qui furent contemporains? L'idée n'est pas de vouloir faire une reconstitution historique et véridique, mais plutôt de penser ce manque comme une vraie piste de travail.

**Dicit borrago : gaudia femper ago.**



**Cardiaque , inspirant une aimable folie ,  
La bourrache nous dit : point de mélancholie.**

Quand je pense au Moyen-Age, les siècles qui nous séparent me mettent à distance, me donne l'impression que jamais je n'y aurai accès. Et certes je n'aurai certainement jamais accès à tous les gestes, mais peut-être quelques uns ont survécu à ce temps passé. Par exemple si je pense à mes gestes, je peux voir que je contiens certains des gestes de ma mère. Si je pense à ma grand-mère par contre, je constate contenir moins de ses gestes, mais il en existe quand même. Et ma grand-mère entretenait certainement la même relation de gestes avec sa grand-mère. De grand-mère en grand-mère de grand-mère, de 2018 à 1218, seulement seize relations de grand-mère à petit-fille nous sépare. Ce qui est imaginable avec un peu de patience.

Ou si je prends ma vie comme échelle, j'ai aujourd'hui 40 ans. Si je vivais encore 19 fois ma vie, j'aurai vécu le temps qui me sépare de l'époque où fut écrit les aphorismes de l'école de Salerne. C'est impossible, mais imaginable.

## Le corps

Je cherche donc à la fois des manières de nous rapprocher du Moyen-Age, mais aussi d'assumer le fait que notre imaginaire puisse travailler avec le manque. Tous ces gestes perdus et absents me semblent être une piste riche pour penser les corps mouvants de ces chansons.

Je m'appuie aussi sur le travail de Guillemette Bolens, et plus particulièrement sur son travail autour de la kinésie en littérature (*Le Style des gestes: corporéité et kinésie dans le récit littéraire*, 2008). Je pense que d'associer le langage dans cette recherche des gestes perdus pourrait être une piste intéressante.

«L'analyse kinésique en littérature consiste à observer les moyens exacts choisis dans l'œuvre pour communiquer en faisant référence au mouvement corporel et en générant des simulations perceptives chez le destinataire du texte». Elle analyse dans son ouvrage l'intelligence corporelle et cognitive que nous mettons en place pour penser le mouvement d'un corps, ses gestes. Son champ de recherche englobe sensations, émotions, mémoire, corps, intelligence cognitive et kinesthésique. Elle analyse la faculté de comprendre les mouvements corporels, les postures, les gestes et les expressions faciales que nous utilisons quand nous lisons des descriptions.

J'aimerais pour ce projet aborder les gestes perdus par le langage. Que se passe-t-il quand je superpose une description d'un corps médiéval à un corps d'aujourd'hui? Qu'est-ce que le public peut en apercevoir des gestes médiévaux en observant nos corps de danseuses contemporaines?

L'art de conserver la santé est un projet que je souhaite travailler en superposant trois chantiers, qui ont chacun leur spécificité et leur manière d'être présent dans la pièce. La première strate, plus visible, étant les aphorismes chantés de Salerne, la deuxième une superposition d'imaginaire et de danse pour faire apparaître les gestes absents, et la troisième et dernière strate est l'amitié.

Nous serons trois danseuses sur le plateau: Clémence Galliard, Anne Lenglet et moi-même. Nous nous connaissons depuis une dizaine d'années et avons travaillé ensemble en 2007 sur *9* de Loïc Touzé. Nous sommes également amies.

Cette troisième strate de l'amitié sera plus souterraine. Je ne souhaite pas en parler frontalement dans la pièce, ni l'exposer comme « personnage principal » mais je la vois plutôt comme une attention, un lien entre nous. J'aimerais conserver cette qualité de l'amitié qui est souvent considérée comme mineur (au contraire de la famille ou de l'amour qui est, dans le système des relations, plus valorisé). Je voudrais sortir du côté anecdotique qui sert souvent à parler d'amitié et m'en servir plutôt comme d'une manière d'être ensemble, un soutien, une attention à l'autre, une manière de s'écouter et de se regarder.

Formellement je pense qu'il est important que la question du Moyen-Age ne devienne pas l'esthétique de la pièce. Il s'agit de réfléchir à comment, aujourd'hui, nous arrivons ou pas à nous mettre en relation avec le passé. Avec ce qui est passé mais qui peut-être a survécu à notre insu dans nos corps, par nos gestes. Il ne s'agit pas de trouver des gestes, mais de travailler sur ce qu'il nous manque, et sur ce que nous ne pouvons pas « montrer ». C'est pourquoi l'amitié me semble en lien avec ce travail, parce qu'elle est justement un lien, une qualité, plus qu'une figure.

Je souhaite que ces trois strates soient présentes dans le processus de création mais aussi dans le résultat final. J'imagine une forme très simple, proche d'un récital, dans l'idéal aussi simple que les poèmes. C'est un trio de danseuses qui chantent et nous tâcherons d'être aussi précises que possible, mais sans dissimuler notre amateurisme. Nous serons les porte-paroles de ces poésies

oubliées et de ces gestes perdus que nous ne trouverons peut-être jamais. Nous travaillerons avec le manque, l'absence et l'impossibilité.

Lorsque j'ai lu l'art de conserver la santé pour la première fois, j'ai été saisie par l'écriture de ces poèmes. Il me semblait qu'ils auraient pu être écrit hier, ils m'ont semblé familier. C'est cette sensation que j'aimerais partager avec le public; la sensation que nous contenons quelque chose du Moyen-Age que nous ignorons tout à fait.



**Quand tu seras levé , fais un tour dans tes chambres;  
Lave tes yeux, tes mains ; étends un peu tes membres;  
Peigne & parfume-toi ; frotte tes dents ; puis fors ;  
Voilà les vrais moyens de renforcer ton corps.**

## **Calendrier prévisionnel**

Recherche 2019

Création/répétitions avec l'équipe: saison 2019-20

Première 2020

Partenaires pressentis, contacts en cours

Co-producteurs de Vacances vacance:

Atelier de Paris/CDCN

CCN Orléans

Le Vivat – Scène conventionnée d'Armentières

Musée de la Danse - CCN de Rennes

Kunstencentrum BUDA – Courtrai

Charleroi Danse

La Bellone – Maison du Spectacle – Bruxelles

WPZimmer - Anvers

Nouveaux partenaires:

CDCN Le Pacifique - Grenoble

CDCN La Place de la Danse - Toulouse

Vooruit - Gand

## **EQUIPE**

### **Anne Lenglet**

Après des études littéraires, Anne Lenglet rejoint le département danse de l'Université de Paris 8. Son travail de maîtrise s'intéresse au dispositif spectaculaire en proposant d'analyser le geste du salut en danse contemporaine et le DEA qu'elle obtient en 2004 porte sur les pionniers de la danse américaine au XXème siècle, s'appuyant notamment sur le court métrage de Ted Shawn *Dance of the Ages*.

En 2005, elle intègre la formation Essais du CNDC d'Angers/Emmanuelle Huynh. Dans ce cadre, elle signe plusieurs projets dont le duo *baver précis* avec Margot Videcoq. Elle participe également à la création de *My Country Music* de Deborah Hay.

Depuis, elle a notamment été interprète dans les projets de Loïc Touzé, Dominique Brun, Fabienne Compet, Xavier Le Roy, l'Agence Touriste et Ivana Müller, et accompagne en tant que collaboratrice artistique le projet *Femmeuses* de Cécile Proust et les travaux de Loïc Touzé. Elle collabore dernièrement aux projets de Pascale Murtin et Rémy Héritier.

### **Clémence Galliard**

Formée au Conservatoire National Supérieur de Musique et de Danse de Paris, Clémence se perfectionne au studio Merce Cunningham à New York et au sein d'EXERCE du Centre Chorégraphique National de Montpellier.

Elle entame sa carrière d'interprète aux côtés d'Herman Diephuis, et travaille par la suite avec Fabrice Ramalingom, Christian Bourigault, Olivia Grandville, Loïc Touzé et Emmanuelle Huynh. Plus tard, elle rejoint le duo *Woudi-Tat*. Elle a pris part aux expéditions des *Clowns sans Frontières* et aux *Mécaniques Savantes* de La Machine de Nantes. Elle a travaillé avec les chorégraphes Pierre Droulers, Fabrice Lambert, David Wampach et Hélène Iratchet. Enfin, plus récemment, elle a fait partie du projet *Rétrospective* par Xavier Le Roy au Centre Pompidou. Clémence travaille avec la Compagnie DCA – Philippe Decouflé depuis 2006. Elle a dansé dans les créations *Sombrero*, *Octopus* et *Contact* ainsi que collaboré à tous les projets annexes de la compagnie. Elle a par ailleurs été aux côtés de Philippe Decouflé pour la création des chorégraphies de la comédie musicale « *Jeannette* » de Bruno Dumont et dansé dernièrement dans la création « *A l'Ouest* » d'Olivia Grandville.

Enfin, Clémence assiste régulièrement des chorégraphes et des comédiens (Dimitri Chamblas, Léo Lerus, Tatiana Julien, Marie Vialle).

### **Vic Grevendonk**

Après avoir travaillé plusieurs années comme travailleur social, il décide en 2014 de suivre une formation de régisseur-technicien de spectacle au Pianofabriek, Bruxelles. La partie théorique a été complétée par des stages; Jan Lauwers - Needcompany, La Monnaie et Jan Fabre - Troubleyn. Il a travaillé depuis avec Tegest Guido & Miroslav Kochanec, Matthias De Groof

(cinéma), Jan Fabre, Katrien Oosterlinck et Ondine Cloez. Il travaille actuellement à l'Opéra Ballet de Flandres comme constructeur de décor.

### **Marine Bestel**

Après quinze années à Bruxelles, Marine Bestel vit et travaille désormais en France, en Bourgogne du Sud.

Comédienne, auteure et animatrice d'ateliers artistiques, elle s'est formée au cours de différents ateliers et stages (Loïc Touzé, Grand Magasin...)

De 2008 à 2012 elle a travaillé comme comédienne pour les metteurs en scène Sébastien Foucault, Noémie Carcaut, Aurélio Mergola et Sophie Linsmaux.

En 2012 elle découvre la création radiophonique à l'Atelier de Création Radiophonique (St Josse, Bruxelles) où elle enregistre pour la pièce Personnologue de S. Dicenaire.

Elle participe à la formation La coquille et en 2014 elle écrit et réalise avec le soutien de la SACD la fiction radiophonique Perfecto.

Pendant cinq ans elle travaille au collectif Alpha à Saint-Gilles, Bruxelles, où elle met en scène des adaptations de textes classiques (Brecht, Molière, Sophocle...) avec des apprenants adultes.

Formée en 2014 à la méthode de La langue en mouvement elle mène des ateliers de théâtre avec des enfants primo-arrivants dans différentes écoles de Bruxelles.

Elle a été dramaturge de Vacances vacance, pièce de la chorégraphe Ondine Cloez.

Elle travaille actuellement à l'écriture et la réalisation du projet radiophonique Les bonnes personnes.

### **Ondine Cloez**

Elle commence par se former à la danse classique au Conservatoire National de Région de Grenoble. En 1998 elle s'installe à Bruxelles et étudie à PARTS pendant trois ans. Elle participe à la formation Ex.e.r.ce au Centre Chorégraphique National de Montpellier, en 2002. Elle est interprète depuis quinze ans auprès de plasticiens (Jocelyn Cottencin, Julien Chevy...), de metteurs en scène (Antoine Defoort & Halory Goerger, Grand Magasin), et surtout de chorégraphes (Laurent Pichaud, Mathilde Monnier, Rémy Héritier, Sara Manente, Jaime Llopis, Marcos Simoes, Linda Samaraweerova...). Elle co-signe avec Michiel Reynaert et Sara Manente la vidéo Some Performances et le projet in situ Grand Tourists (2009).

En 2006 elle rencontre Loïc Touzé avec qui elle collabore pendant dix ans. Cette rencontre est déterminante dans son parcours d'interprète. Forte de cette expérience elle crée en Janvier 2018 sa première pièce Vacances vacance, un monologue fait d'aller-retours entre la pensée et le corps, de voyages vers l'absence, le vide et la grâce.

L'art de conserver la santé est son deuxième projet.

