



UNE MINUTE DE DANSE PAR JOUR / PROTOCOLE CHORÉGRAPHIQUE

Une œuvre chorégraphique
Un acte quotidien de résistance poétique
de Nadia Vadori-Gauthier.
Chaque jour depuis Janvier 2015

www.uneminutededanseparjour.com
uneminutededanseparjour@gmail.com

Danser chaque jour, avec les autres, avec la Terre.
Danser, même aux bord des gouffres.
Danser le corps réel au cœur du monde réel.
Connecter, le dedans et le dehors, l'avant et l'après, le visible et l'invisible.
Danser, entrelaçant vie humaine et non-humaine,
avec les arbres, les animaux, les pierres.
Activer ses puissances-propres de sentir et d'agir.
Danser le poudrolement d'or qui vibre entre les molécules du monde.

Une minute de danse par jour

Une minute de danse par jour est une œuvre chorégraphique initiée en 2015 à Paris, par la chorégraphe Nadia Vadori-Gauthier. Elle active un protocole impliquant la danse et la vidéo, engageant le corps dansant en relation à des contextes, des circonstances des environnements. Sa réalisation consiste à danser chaque jour une minute dans les espaces du quotidien et à filmer cet acte en adresse au monde, à nos contemporains, à cette époque que nous traversons ensemble. Aujourd'hui, en 2023, cette œuvre est toujours en cours. Elle relève du droit d'auteur.

Depuis mars 2020, Nadia Vadori-Gauthier a ouvert le protocole chorégraphique sous condition de respect de ses différents éléments de réalisation, de diffusion et des mentions à faire figurer en accompagnement de toute diffusion ou utilisation publique.

Ce protocole chorégraphique est ouvert à tous. Il s'effectue selon un protocole précis.

C'est une grande joie de voir chacun.e s'en emparer à sa façon et à sa mesure. Nos danses font le monde plus beau !

Mention à faire figurer en accompagnement de toute mention et diffusion publique :

« Danse(s) réalisée(s) librement, selon le protocole chorégraphique de Nadia Vadori-Gauthier dans le cadre de son œuvre **Une minute de danse par jour**®. »

Petit historique

Au départ, dans le contexte des attentats de janvier 2015 à Paris, il s'agissait de répondre par l'infinitésimal à la violence ressentie afin de ne pas céder à la sidération. Portée par la nécessité d'engager le corps sensible dans l'espace public et créer des liens, Nadia Vadori-Gauthier s'est engagée dans ce qu'elle croyait alors être une action instantanée et éphémère, sans se douter qu'elle était en train d'initier une aventure au long cours.

Depuis, les danses ont lieu chaque jour, dans tous les contextes. Elles sont traversées de ce que nous avons vécu collectivement et des transformations de notre monde. La chorégraphe danse seule et avec d'autres, en intérieur ou en extérieur, en ville ou en pleine nature, en France et à l'étranger. Chaque jour sans exception depuis 2015, une minute de danse est diffusée sur le web : [site internet](#), [page facebook](#), [instagram](#), [vimeo](#).

Ce projet chorégraphique et éditorial, est le fruit d'un processus de recherche-création qui synthétise les enjeux artistiques et éthiques d'une thèse de doctorat en esthétique, art, sciences de l'art, soutenue à l'université Paris 8, par Nadia Vadori-Gauthier, en novembre 2014 : « Du Mouvant », sous-titre : « Processus somatiques, individuels et collectifs, de création d'images et de formes vivantes ».

Une minute de danse par jour est également inspiré d'une phrase de Nietzsche : « Et que l'on estime perdue toute journée où l'on aura pas dansé au moins une fois »
Et d'un proverbe chinois : « Goutte à goutte l'eau finit par traverser la pierre ».

Enjeux

Les enjeux de l'œuvre sont artistiques, philosophiques et éthiques :

- * Amener la danse dans les espaces du quotidien afin d'inviter de nouvelles façons, plus douces, d'être ensemble dans le monde. Activer une dimension poétique de l'existence.
- * Investir des relations avec l'humain et le non-humain, basées sur le partage des sensibilités, des parts d'affect, de rêve d'imaginaire, plutôt que sur les identités sociales et les catégories.
- * Habiter la Terre et ses environnements urbains et naturels dans une relation de solidarité avec la matière et la nature et plus globalement avec des dimensions non humaines de l'existence (cellulaires, animales, végétales, minérales...).
- * Œuvrer de façon infinitésimale à soigner quelque chose de la folie du monde en proposant une expérience poétique partagée.
- * Dans la circonstance, ce n'est pas tant la danse en elle-même qui est importante, mais la relation qu'elle permet, ce qui se crée, ce qui est mis en jeu : une circulation entre les cases, les catégories, les corps, de nouvelles façons de regarder ce qui nous entoure.
- * Ouvrir de nouvelles perspectives et de nouveaux regards.

[Télécharger le dossier artistique de Une minute de danse par jour](#)

UNE MINUTE DE DANSE PAR JOUR / PROTOCOLE CHORÉGRAPHIQUE

Pour qui ?

Ce protocole est ouvert à tous.les.

Il invite les danseurs.euses et chorégraphes professionnel.le.s à réaliser leurs propres minutes de danse dans la diversité de leurs techniques et esthétiques, en solo ou avec leurs équipes.

Il s'adresse également à toute personne ou collectif souhaitant expérimenter le processus de façon ponctuelle ou sur une durée continue, courte ou longue.

Où et quand ?

Chaque jour, dans le lieu de votre choix, y compris des lieux non-exclusivement réservés à la danse.

Comment ?

Le protocole est soumis aux 4 conditions suivantes :

- Format 16/9 - Paysage.
- Plan fixe (caméra ou téléphone sur pied)
- Durée continue sans montage : 1 à 2 minutes
- Mentions légales / ***Une minute de danse par jour*** est le titre d'une œuvre et d'un protocole chorégraphique, soumis à droit d'auteur. Merci de faire figurer la mention suivante : « **Danse réalisée librement, selon le protocole chorégraphique de Nadia Vadori-Gauthier dans le cadre de son œuvre *Une minute de danse par jour*®.** »

Matériel nécessaire :

- Une caméra ou un smartphone, réalisant des images en HD.
- Un trépied ou support.
- Si possible une bonnette anti-vent.

Ces conditions étant respectées vous pouvez poster vos danses où vous le souhaitez. Il existe un groupe facebook exclusivement dédié à vos danses.

14 règles pour accomplir une minute de danse au quotidien

1. La première règle pour faire une minute de danse c'est de la faire. Il faut avoir la ferme intention de la réaliser quelles que soient les conditions et les circonstances du jour.
2. La minute est faite dans l'état réel du corps, du jour, de la météo, et les lieux dans lesquels on se trouve, de préférence. On n'essayera pas d'enjoliver les choses. On prend acte des circonstances telles quelles sont.
3. La minute habite les interstices de la vie courante. Elle peut faire irruption dans une situation ,s'y couler, l'habiter ou se faire presque invisible...
4. La minute de danse comporte une part irréductible d'imprévisibilité. La danse en elle-même se compose avec ce qui est en train de se passer.
5. La minute de danse n'est pas un spectacle. Il n'y a pas de spectateurs prévenus d'avance. Il peut y avoir des participants, des passants, ou des gens impliqués dans leurs actions quotidiennes.
6. Les minutes de danse peuvent impliquer des artistes ou des non artistes de façon égale.
7. La minute de danse n'est pas un solo, même si on est seul. C'est la relation qui est première :entre le corps et le lieu, les matériaux environnants, les personnes. La danse interconnecte des éléments hétérogènes et manifeste ces liens.
8. La minute de danse ne se répète pas à l'avance, elle se fait. On danse l'instant, en composition instantanée avec l'intention d'activer quelque chose et on voit bien ce qui se passe.
9. Il faut « craquer l'allumette du présent », porter l'instant à incandescence, autant que faire se peut. Parfois on rate, mais on donne tout, même si on n'a pas grand-chose. Ce sera la danse du jour.
10. Il faut que la minute « œuvre » comme vecteur de transformation, c'est-à-dire qu'à la fin de la minute de danse quelque chose dans l'état du corps, du lieu ou dans l'ambiance ait changé et soit teinté d'une émotion qui soit de préférence la joie, mais qui peut être d'une autre nature. Si ce n'est pas le cas, il faudra la refaire, ailleurs, plus tard.
11. Si un agent de sécurité ou de force de l'ordre tente d'interrompre la danse, essayer de tenir une minute.
12. La prise de vue ne fait l'objet d'aucun montage. Il n'y a rien à retirer, ce n'est pas un « best of ». On fait avec une durée continue.
13. Concernant les autorisations : si elles sont impossibles, trop compliquées à obtenir, ou qu'on veut ménager un effet de surprise, on ne demande pas d'autorisation. En revanche, lorsque c'est possible, il n'y a aucune limite aux autorisations que l'on peut demander afin de prévoir les minutes de danse dans les meilleures conditions de leur réalisation.
14. Tout est à faire, tout est à refaire, chaque jour