

PORTRAIT

Paola PAGANO



C'est dans son studio rue de la Colombette consacré à la pratique du **GYROTONIC®** que je rencontre aujourd'hui **Paola PAGANO, première soliste du ballet du Capitole de Toulouse.** Étant donné qu'elle est la première à me tendre la main dans mes premiers pas de biographe, c'est avec une rose blanche que j'ai voulu lui témoigner ma reconnaissance.

Je ne connaissais rien à l'univers de la danse classique et c'était bien là tout l'intérêt de cette démarche... se laisser embarquer dans son histoire.

LA DÉTERMINATION GLISSÉE DANS DES CHAUSSONS DE SATIN

Paola a vu le jour sous le soleil napolitain le 31 décembre d'une année qui n'a pas son importance puisque les danseuses classiques sont dans la mémoire collective des étoiles même si elles n'en portent pas le titre.

Pouvez-vous me parler de votre enfance et de la naissance de votre passion pour la danse ?

D'aussi loin que je me souviens, j'ai toujours voulu être danseuse professionnelle. Cette passion est née avec moi comme une évidence. Je n'envisageais pas de faire autre chose de ma vie. Très jeune, j'accompagnais ma sœur aînée à ses cours et il est possible que cela ait été un déclic. Rapidement, vers l'âge de 6 ans, j'ai commencé mon initiation à la danse dans des cours d'éveil, mais une mauvaise chute domestique m'a éloignée du parquet pendant près de 3 ans. Une de mes côtes avait touché le rein et il n'était pas envisageable de continuer ma pratique. Vers l'âge de 9 ans, j'ai repris les cours avec acharnement, mon objectif en ligne de mire : je deviendrais danseuse.



À l'heure de l'adolescence où mes amis sortaient, moi je dansais, balayant les sacrifices, les douleurs et les blessures, les pieds qui saignent et la faim qui mord le ventre.

J'avais un professeur exigeant et perfectionniste. Un petit bout de femme qui s'était perfectionnée en tant que danseuse et formée à la pédagogie de la grande école classique russe Vaganova : Mara Fusco.

Le genre de femme qui en impose et que l'on respecte. Un enseignement avec des valeurs qui tendent à se perdre, mais qui pourtant, ont été formatrices et essentielles à mon apprentissage.

À 17 ans j'ai terminé mon enseignement et j'ai immédiatement été engagée dans la plus importante compagnie d'Italie : Aterballetto.

Paola fait partie de ces danseuses disposant des qualités nécessaires pour atteindre les plus hauts sommets. Outre la grâce et la souplesse, elle avait les pieds qu'il fallait. Sur ses pointes, elle ne mesurait pas moins de 1,80 m. Une très grande danseuse qui se devait d'être aussi légère qu'une plume, notamment pour les portés.

À presque 20 ans, elle a quitté son Italie natale pour rejoindre Toulouse qu'elle n'a jamais quitté depuis et où, elle a passé son professorat de danse deux à trois ans plus tard.

Quels souvenirs particulièrement intenses sur le plan émotionnel gardez-vous de votre carrière ?

Je n'envisage pas la danse sans y mettre toutes mes tripes. Tout ce que j'ai fait dans ma carrière a été fort pour moi sur le plan émotionnel. Incarner un personnage sur scène, c'est aussi l'habiter de l'intérieur et lui donner vie sur la musique. Des larmes d'intensité, il y en a eu beaucoup !

Si je devais choisir un souvenir en particulier, ce serait ma nomination en tant que première soliste du ballet du Capitole vers les années 2000. Lors d'un changement de Direction, les grades ont été réinstaurés, balayant les contrats uniques avec obtention de « cachet » qui existaient jusqu'alors. Ce fût un moment particulier pour moi, chargé d'émotions c'est certain et d'une grande fierté... comme un aboutissement et une reconnaissance de mes pairs.

Mais je ne peux évoquer mes meilleurs souvenirs sans penser à mon dernier spectacle en 2012 qui mettait fin à ma carrière (Petite mort de Kylian de George Balanchine – « Slaughter On Tenth Avenue »). Une parodie qui me permettait de terminer sur une note légère. Il était important pour moi de raccrocher mes chaussons au bon moment, je voulais partir en étant au top de ma forme physique.

Nanette Glushak (Directrice du ballet du Capitole à cette époque-là) m'avait proposé de devenir Maître de Ballet deux ans plus tôt. C'était comme un cadeau venu du ciel ! Pendant mes deux dernières saisons, je dansais en occupant cette fonction en parallèle.

J'ai été honorée de cette proposition, que bien entendu j'ai acceptée. Le Maître de Ballet est chargé de faire travailler les danseurs dans leur technique, leur interprétation et leur gestuelle. Il ne fait pas de création comme un chorégraphe, il est là pour veiller au respect du style de ballet créé par ce dernier.

J'avais envie de responsabilités et comme toujours de faire les choses bien. La danse c'est comme la création d'un tableau, rien ne doit être laissé au hasard.



Pouvez-vous me parler plus en détail de votre nouvelle activité professionnelle centrée sur la méthode GYROTONIC® ?

J'ai trouvé ma reconversion ! Mes études en ergonomie en parallèle de mon métier de danseuse m'ont passionné, mais j'ai réalisé que ce n'était pas ma voie.

Aujourd'hui, j'ai voulu me tourner vers les autres pour leur permettre de pratiquer une méthode qui a fait ses preuves depuis plus de 30 ans et qui a pour but de travailler les articulations, le renforcement musculaire dans un respect total du corps, sans douleur et selon les capacités physiques de chacun. Mes clients ont de 12 à 84 ans. Certains sont sportifs de haut niveau, tandis que d'autres sont retraités ou encore danseurs en activité ou en herbe.

C'est une technique très douce qui permet de mobiliser certaines parties du corps sans affecter les autres. Elle fait grandir dans le sens où mes clients éprouvent une meilleure motricité et un sentiment d'avoir gagné quelques centimètres. C'est une pratique que l'on peut exercer aussi en cas d'arthrose ou d'hernies discales, car l'un des bienfaits de la méthode est de libérer les articulations des tensions et d'améliorer leur mobilité.



Cela fait 1 an et demi que je suis installée et je suis heureuse ! Les personnes qui viennent me voir, reconnaissent les bienfaits du **GYROTONIC®** et me remercient pour les changements positifs que cela leur procure dans leur vie quotidienne. Ils se sentent mieux, ils sont soulagés de leurs douleurs et ils ressentent plus de bien-être. Cela me réjouit !

Je voudrais maintenant aborder une question qui me tient à cœur et qui est au centre de mon activité d'auteur-biographe : la transmission. Qu'est-ce que cela vous évoque ?

Je me définis comme une femme qui a toujours suivi son « cœur » plutôt que la raison.

J'ai tourné la page de ma carrière parce que c'était le meilleur moment pour le faire.

Mais la transmission est une continuité, c'est pour moi, dans l'ordre des choses.

Aujourd'hui, je pratique la danse pour le plaisir. Je donne parfois des stages et des cours privés aux danseurs professionnels en activité ou encore en formation. Je le fais parce que j'en ai envie.

J'aurais pu monter mon école de danse, j'ai mon diplôme, mais je ne m'y voyais pas. Je préfère m'ouvrir à d'autres expériences, suivre mon intuition et cette voix intérieure qui me guide depuis toujours. Je préfère me tourner vers le plaisir et me donner le droit d'être moi-même en faisant ce qui me ressemble le mieux.

Que pensez-vous de l'idée d'écrire un livre pour laisser une trace de soi ?

Je pense que c'est une bonne initiative. On s'identifie tous à des histoires, des livres. On a tous besoin de partager nos expériences, s'y retrouver et en découvrir. Moi-même j'ai déjà voulu écrire, mais c'est difficile, c'est un vrai métier.

À l'heure où je termine la rédaction de cette mini-biographie, je suis enchantée de cette rencontre.

Paola est une femme d'instinct, une femme de caractère qui ne se laisse pas dicter les choses... elle est LIBRE ! rebelle comme elle me l'a mentionné à plusieurs reprises, mais farouchement déterminée et radieuse malgré un rhume qui n'enlève rien à l'élégance de ses sourires.

Je l'ai vue partir à travers sa mémoire, les yeux brillants de souvenirs encore si présents.

Peut-être poursuivrons-nous un jour l'histoire... dans un livre. Celui d'une petite fille qui a réussi à réaliser ses rêves.

Je vous envoie comme un papillon à une étoile... quelques mots d'admiration.

Merci