

Danielle Abi Saab

«*Spiritual gangster*»

Elle voulait être architecte. Elle a également pensé devenir yogi et professeur de yoga. Aujourd'hui, encore, on la sent hésiter entre l'aigu de la performance et la vastitude de la connaissance de soi. Ces deux désirs, ces deux univers, le yoga et l'architecture, Danielle Abi Saab tente de les marier.



Sur la porte d'entrée un panneau qui vous interpelle: «*If you are not barefoot yet, then you are overdressed*». Le ton est donné.

Leurs chaussures soigneusement rangées sur des étagères, ils sont installés autour d'elle. Tous ces corps, assis en tailleur, en tenue quasi urbaine, pieds nus ou en chaussettes. Les femmes nombreuses, les hommes plus rares, écoutent religieusement Danielle Abi Saab, prof de yoga et fondatrice du centre Union Square Yoga. Une école nichée au rez-de-jardin d'un immeuble au cœur d'un quartier bruyant et métissé. Qu'importe. Architecte de formation, Dani a réussi à créer son monde intérieur qu'elle décline dans chaque coin de cet espace.

Elle parle doucement, avec un accent où se mélangent le Liban de ses origines et le New York de son cœur. Sans

s'interrompre, elle ponctue son propos d'étirements et de contorsions qui, immédiatement, éclairent une silhouette gracile. Chez elle, le discours anime d'abord le corps. Son verbe s'est musclé au fil de ses étirements, elle est entrée dans le yoga il y a 15 ans. Centrée sur un corps élastique, Danielle se pose toujours dans un perpétuel mouvement. C'est une femme papillon avec des bottes de sept lieues qui la déplacent au «gré du vent». Son regard très calme, d'un vert abyssal, cloue. Sa sensibilité affleure. Malgré un physique d'acier sculpté au millimètre près, elle est touchante et parfois vulnérable. Elle s'interroge beaucoup, y compris sur sa liberté, ses limites. Elle aime voyager et se dit «de passage». Faire des allers-retours entre ses racines et ses ailes. C'est d'ailleurs de cette manière que son parcours s'est dessiné, avec le temps.



Au gré du vent

Architecte de formation, Danielle s'installe à New York et suit le rythme de cette ville bouillonnante «Work hard, play hard». Mais très vite, elle se voit bûcher et ne plus jouer du tout. Elle se noie dans et sous ses projets, ses journées se confondent avec ses nuits. Surmenée, la jeune femme tombe malade, mais les médecins ont du mal à mettre le doigt sur la cause de ses maux. En 2000, au bout du rouleau, elle pousse les portes d'un centre de yoga dont elle avait entendu parler. Et en trois semaines seulement, la magie opère. «J'étais bouleversée. Le yoga m'avait guérie», se souvient-elle. C'est ainsi qu'elle tombe sous le charme d'une discipline exigeante qui nécessite un entraînement régulier et qui soumet le corps à rude épreuve. Elle s'y plie parallèlement à son travail qu'elle gère mieux, en apprenant à «ne pas vouloir repousser ses limites, mais à les accepter». Trois ans plus tard, Danielle suit



une formation à l'issue de laquelle elle obtient un diplôme d'institutrice de yoga, soit des cours de yoga, de philosophie, de sanskrit et d'anatomie sur une durée de six mois. Elle se sculpte au couteau un corps athlétique, sensuel et parfait. Ses collègues sont impressionnés et lui demandent de leur donner des cours. Passée en mi-temps, Dani devient professeur de yoga pendant près de deux ans qu'elle décrit comme «la plus belle période de (sa) vie, à prendre et donner dans un climat de liberté totale».

Immergée dans son «art», Danielle ne cesse pourtant d'y échapper. Elle ne cesse de vouloir subvertir et dérouter l'univers qu'elle a choisi pour sien. En 2005, elle décide donc de rentrer à Beyrouth «pour quelques mois» afin de mettre le yoga au service de son pays. Pendant un an, elle donne des cours dans plusieurs centres et gyms et, dit-elle, «j'ai commencé à réaliser l'ampleur que la chose prenait». En véritable électron libre, la belle se lance en solo et ouvre son studio à Mar Mikhael en 2006, bien avant que le quartier ne devienne la terre d'adoption des bobos. Ses cours sont pleins à craquer. Car Dani est une meneuse de troupe, une radicale, une forte tête tout en étant d'une charmante douceur. Elle instaure des techniques jamais expérimentées dans le pays, des plus physiques aux plus planantes, du yoga lévitation qui se pratique en hamac au yoga terrestre, plus ancré.

L'architecture au service du yoga

Et l'architecture dans tout ça? Comment jongler avec l'image ambitieuse d'une architecte perfectionniste et passionnée et celle d'un yogi à l'alphabet corporel très personnel, celui d'un ►



► «spiritual gangster» (comme elle aime se faire appeler)? Entre l'architecture et le yoga, entre les acrobaties architecturales et les torsions corporelles, entre New York et Beyrouth où elle est née voici une trentaine d'années, entre le sol et l'air, Danielle Abi Saab n'a pas envie de choisir. Ou plutôt, son choix est justement d'être sur plusieurs terrains à la fois. Elle met les pieds partout et cela lui réussit. D'ailleurs, dans le centre Union Square Yoga qu'elle a lancé et où elle a posé ses bagages de nomade depuis mai 2013, elle a trouvé l'espace idéal pour allier ses deux amours. Après s'être donnée à fond pour concevoir ce lieu qui respire la sérénité, elle construit aujourd'hui ses cours et ses chorégraphies en suivant une démarche très architecturale: «Je pars d'un thème, d'une histoire du quotidien que je décline tout au long de la séance à travers les différents enchaînements». Mais au-delà de l'aspect structuré de ses cours, elle inculque à ses élèves la notion de *rooting* ou enracinement. «En architecture, pour construire un immeuble qui puisse tenir et s'élever vers le ciel, il faut des bases solides. C'est pareil en yoga, il faut s'ancrer dans le sol pour réussir à élever son corps et son esprit», explique celle qui considère avoir «les pieds sur terre et la tête dans le ciel».

Accepter ses limites

«Vous avez vos limites, j'ai les miennes, mes élèves auront les leurs», répète sans cesse Danielle Abi Saab. Loin des dogmes de l'infailibilité du professeur, de l'obsession des apparences, de la quête de l'excellence à tout prix et du

culte du surpassement individuel, Union Square Yoga est une école de modestie, d'écoute de soi et de ses propres limites. Une démarche précieuse dans un monde fragilisé et livré à la désillusion, à l'inquiétude et au doute. Après avoir tendu en vain vers l'image idéale et imposée d'un moral d'acier dans un corps d'airain, Danielle encourage ses élèves à se réconcilier avec eux-mêmes, à s'accepter tels qu'ils sont. Raison pour laquelle elle cherche constamment à bousculer. Elle a appris à s'abandonner jusqu'à admettre ses limites, devenir non pas ce qu'elle est mais cette autre qui est en elle et qu'elle ne connaît pas encore. C'est dans cette veine que la jeune femme se prête depuis quelque temps à un exercice décalé et pourtant très efficace. Plusieurs fois par semaine, Dani poste une photo d'elle, dans une posture particulière de yoga sur les réseaux sociaux Facebook et Instagram. Mais ça ne s'arrête pas là, la yogi pousse le challenge encore plus loin: un coup en *headstand* en plein cœur de New York sous l'œil rond des passants, un coup en position de pont dans un sex-shop, un coup en quasi-contorsion dans un supermarché beyrouthin, Danielle Abi Saab cherche à «planter la graine de yoga un peu partout. Quitte à choquer, si c'est le prix à payer pour faire connaître le yoga; c'est le résultat qui importe!».

Choquer peut-être, mais surtout fasciner par sa façon de vivre autrement et d'affoler le quotidien.

Gilles Houry