



# Université Fernando Pessoa

**Faculté de Sciences Humaines et Sociales**  
**Dissertation de Mestrado en Psychopédagogie Perceptive**

**Itinéraire d'une formation d'acteur, de formateur et de créateur en expressivité**

*Vers une pédagogie Sensible de la construction de personnages archétypiques des Arts de la scène*

Thierry Heynderickx

Porto, 2013





# Université Fernando Pessoa

**Faculté de Sciences Humaines et Sociales**  
**Dissertation de Mestrado en Psychopédagogie Perceptive**

**Itinéraire d'une formation d'acteur, de formateur et de créateur en expressivité.**

*Vers une pédagogie Sensible de la construction de personnages archétypiques des Arts de la scène.*

Directeur : Prof. Dr. Eve Berger  
Co-directeur : Prof. Dr. Karine Grenier

Thierry Heynderickx

Porto, 2013



# ABSTRACT

## **Résumé**

Cette recherche en première personne vise à saisir et rendre visible l'enchaînement des étapes chronologiques ayant constitué le processus de création d'un outil pédagogique expressif singulier : le « mouvement codifié des personnages du Sensible ». Elle identifie les savoirs expérientiels et théoriques ayant nourri ce processus de création et précise leurs articulations. Une conceptualisation de l'expérience vécue de la création pédagogique est présentée, ainsi que la modélisation qui en est issue. Ces résultats contribuent à enrichir la compréhension des processus de création pédagogique dans le champ de l'expressivité du Sensible, à confirmer la place du corps comme source de l'affirmation de soi et enfin à revisiter la place de la personnalité dans le champ du Sensible.

## **Resumo**

Esta investigação na primeira pessoa visa captar e tornar visível a sequência das etapas cronológicas que constituíram o processo de criação de um instrumento pedagógico expressivo singular: « o movimento codificado das personagens do Sensível ». Ela identifica o conhecimento empírico e teórico que alimentou o processo criativo e explica as diferentes articulações existentes. A concepção da experiência de criação de ensino é apresentada, bem como o modelo que desta resulta. Estes resultados contribuem para enriquecer a compreensão do processo de criação pedagógica no domínio da expressividade do Sensível, no âmbito de confirmar o papel do corpo como fonte de auto-afirmação e, finalmente, para rever o papel da personalidade no domínio do Sensível .



*C'est à travers l'ombre et la lumière que l'on peut approcher Yaël et recevoir sa parole ; car  
Yaël est parole d'univers : signes, couleurs, sons terrestres et célestes, chance du grain de sel  
et silence spiralé de la tour.*

Jabès<sup>1</sup>

A toi.

---

<sup>1</sup> Jabès, E. (1967). *Yaël*. Ed. Gallimard. p. 35.





*...J'ai construit au-dedans de moi plusieurs personnages différents les uns des autres et différents de moi, personnages auxquels j'ai attribué des poèmes différents de ceux que moi, avec mes sentiments et mes idées, j'aurais écrits.*

Pessoa<sup>2</sup>

*Peut-être qu'en chacun de nous se cachait un autre personnage inconnu, oublié, qui allait vers la vie [...]. Ce fut un déclic : je voulus connaître cet autre en moi au plus vite, et partir à sa recherche.*

Bois<sup>3</sup>

---

<sup>2</sup> Pessoa, F. (1986). *Il est nécessaire de naviguer, vivre n'est pas nécessaire...* Ed. Royaumont. p. 12.

<sup>3</sup> Bois, D. (2009). *Sujet sensible et renouvellement du moi*. Ed. Point d'Appui. p. 51.



## REMERCIEMENTS

Comme toute création théâtrale, ce master n'est pas le fruit d'un long travail solitaire... Pas uniquement. Il y a une troupe qui a œuvré de manière plus concrète à la réalisation de ce projet. Mais il y a aussi des personnages extérieurs qui ont influencé, à un moment ou un autre, la réalisation de ce master.

Dans le rôle du mentor, je tiens à remercier **Danis Bois** pour l'intensité de son enseignement, autant expérience que connaissance, autant corporel que réflexif, il est à la base de tout mon travail et me nourrit tous les jours.

Dans le rôle de l'initiateur, je tiens à remercier **Franz Baro**, c'est par lui que cette aventure, cette rencontre entre personnage et personnalité a débuté et sa présence rassurante est toujours bienvenue.

Dans le rôle d'orientatrice, je tiens à remercier **Marie-Christine Josso** qui m'a donné, au tout début de ce projet, le courage de continuer par la pertinence de son regard et sa curiosité des résultats à venir.

Dans le rôle de metteur en scène, je tiens à remercier **Eve Berger**, pour sa créativité et son adaptabilité dans l'accompagnement de qui je suis.

Dans le rôle de l'assistante à la mise en scène et de l'amoureuse, je tiens à remercier **Karine Grenier**, qui m'a apporté de par son exigence et sa pertinence la capacité à creuser plus loin mon chemin de création... Et qui m'a supporté pendant le temps de cette recherche.

Dans le rôle d'amie et collaboratrice, je tiens à remercier **Sylvie Bitterlin** qui a, dans la Compagnie du Passeur, tout de suite appliqué, partagé et nourri le codifié des personnages du Sensible de ses réflexions et de son sens pédagogique et pratique.

Dans le rôle des nombreux figurants, je tiens à remercier tous les stagiaires qui, par leur application des exercices proposés pendant de nombreuses années, m'ont permis de lire, de décrire et finalement de construire l'outil qu'ils utilisent et que je transmets.



# SOMMAIRE

<b>ABSTRACT .....</b>	<b>5</b>
<b>REMERCIEMENTS.....</b>	<b>11</b>
<b>SOMMAIRE .....</b>	<b>13</b>
<b>INTRODUCTION GENERALE .....</b>	<b>21</b>
<b>PREMIERE PARTIE .....</b>	<b>31</b>
<b>PROBLEMATISATION ET MISE EN PLACE DE LA RECHERCHE.....</b>	<b>31</b>
<b>Chapitre 1 - PERTINENCES.....</b>	<b>33</b>
<b>Chapitre 2 - POSTURE EPISTEMOLOGIQUE .....</b>	<b>39</b>
<b>Chapitre 3 - METHODOLOGIE DE PRODUCTION DES DONNEES : LE RECIT     DE CREATION.....</b>	<b>51</b>
I.    Le récit de création comme outil d’auto-réflexivité, d’auto-conscientisation et d’auto-construction.....	53
II.   Méthode de recueil d’inspiration phénoménologique .....	54
A.   L’introspection sensorielle : créer un contexte favorisant l’émergence.....	54
B.   La réciprocité actuante : une posture transversale .....	56
C.   L’écriture du récit : ma recomposition .....	58
<b>Chapitre 4 - METHODOLOGIE D’ANALYSE DU RECIT DE CREATION.....</b>	<b>61</b>
A.   L’analyse temporelle du processus de création.....	62
1.   La macro-temporalité de mon existence .....	62
2.   La micro-temporalité du moment de création .....	63
3.   Les articulations micro/macro .....	63
B.   Analyse et discussion théorique du parcours expérientiel de vie et de création ..	64
<b>DEUXIEME PARTIE.....</b>	<b>67</b>

<b>ANALYSE TEMPORELLE DU PROCESSUS DE CREATION .....</b>	<b>67</b>
<b>Introduction .....</b>	<b>69</b>
<b>Chapitre 1 - Les savoirs intemporels : avant, pendant, après.....</b>	<b>71</b>
A. Les savoirs expérientiels .....	72
1. Le corps est une source d'un savoir organique .....	72
2. Le relâchement est une voie d'accès à une autre qualité de rapport à soi.....	73
3. L'intention développe un rapport perceptif.....	73
4. L'authenticité est transformatrice pour l'acteur comme pour le spectateur.....	74
5. La contrainte d'un codifié expressif est source de renouvellement .....	75
6. Le mouvement interne est un partenaire fondamental pour l'expression .....	75
B. Les savoirs théorico-pratiques.....	76
1. Les savoirs théâtraux .....	76
a. L'archétype est un "schéma" préexistant au jeu de l'acteur.....	76
b. Le clown est un archétype amplificateur de la personnalité .....	77
2. Les savoirs du champ du Sensible.....	78
3. Les savoirs « bisociatifs » .....	78
a. L'entrecroisement entre ma personnalité et le personnage : le personnage est une dimension de soi .....	79
b. L'entrecroisement entre ma personnalité et l'interprétation des profils de personnalité : adaptabilité et enrichissement de soi .....	79
c. L'entrecroisement entre le champ de la personnalité et le champ du Sensible : une organisation interne du comportement .....	80
4. Le savoir théorique.....	80
<b>Chapitre 2 - Le temps de création.....</b>	<b>83</b>
1. De la nécessité de trouver une structure pédagogique : le codifié (1132-1151). .....	84
2. De la nécessité de choisir un outil pertinent : la séquence du codifié (1147-1151).....	84
3. De la nécessité de synthétiser mes observations en tant qu'acteur et en tant que pédagogue (1153-1161).....	84
4. De l'importance du relâchement tonique comme voie d'accès à la perception et de la manière d'y parvenir (1166-1170).....	85
5. De l'importance de l'implication de la personne dans son geste et de la manière d'y parvenir (1178-1180). .....	85

6. De l'utilisation des profils de personnalité comme résonance structurante dans la création de l'outil pédagogique (1219-1224).....	85
<b>Chapitre 3 - L'articulation entre micro et macro-temporalité .....</b>	<b>87</b>
A. Première étape de création. Le choix du codifié comme structure pédagogique facilitante.....	88
1. L'enjeu pédagogique du moment de création .....	88
a. Le présent de création .....	88
b. Le toujours présent .....	88
2. Le choix du codifié.....	89
a. Le présent de création .....	89
b. Le toujours présent .....	89
b(1) Eugenio Barba : la rencontre avec une préparation globale.....	89
b(2) Danis Bois : la rencontre avec une éducativité perceptive.....	90
B. Deuxième étape de création. Le choix de la séquence du codifié : vers un rythme fondamental.....	90
a. Le présent de création .....	90
b. Le toujours présent .....	91
b(1) Première source : le travail de construction du personnage .....	92
b(2) Deuxième source : le travail d'interprétation des profils de personnalité .....	92
C. Troisième étape de création. Repérer les « principes-qui-reviennent » : organiser la chorégraphie .....	93
a. Le présent de création .....	93
b. Le toujours présent .....	94
D. Quatrième étape de création. Augmenter la capacité perceptive du stagiaire : le relâchement.....	95
1. Par le relâchement du corps .....	95
a. Le présent de création .....	95
b. Le toujours présent .....	95
2. Par l'apport du mouvement interne.....	96
a. Le présent de création .....	96
b. Le toujours présent .....	97
E. Cinquième étape de création. Augmenter l'implication du stagiaire dans son geste : la globalité.....	98

a.	Le présent de création .....	98
b.	Le toujours présent .....	98
b(1)	L'acte total : le corps organique .....	99
b(2)	La pré-expressivité : le "corps dilaté" .....	99
b(3)	Le paroxysme perceptif : le corps sensible .....	100
F.	Sixième étape de création. L'articulation avec les profils de personnalité : enrichissement perceptif et psychologique .....	101
a.	Le présent de création .....	101
b.	Le toujours présent .....	102
	<b>Conclusion.....</b>	<b>105</b>
	<b>TROISIEME PARTIE.....</b>	<b>107</b>
	<b>ANALYSE ET DISCUSSION THEORIQUE DU PARCOURS EXPERIENTIEL DE VIE ET DE CREATION .....</b>	<b>107</b>
	<b>Introduction .....</b>	<b>109</b>
	<b>Chapitre 1 - Thématization et modélisation du parcours de vie et de création.....</b>	<b>111</b>
1.	Description des thèmes.....	111
a.	Le corps vécu comme lieu non-volontaire .....	111
b.	Le corps vécu comme lieu d'authenticité.....	112
c.	Le corps vécu comme lieu porteur de repères.....	112
d.	Le corps vécu comme lieu organique.....	112
e.	Le corps vécu comme lieu organisé .....	113
f.	Le corps vécu comme lieu porteur d'invariants .....	113
g.	Le corps vécu comme lieu non psychologique .....	113
h.	Le corps vécu comme lieu porteur d'archétypes.....	114
i.	Le corps comme lieu d'entrelacement entre structure et liberté .....	114
j.	Le corps vécu comme lieu d'interprétation.....	114
k.	Le corps vécu comme lieu d'expériences paradoxales (intensité physique du training-relâchement dans la présence) .....	115
l.	Le corps vécu comme lieu d'expérience fondatrice.....	115
m.	Le corps vécu comme lieu d'expressivité .....	115
n.	Le corps vécu comme lieu d'intelligence.....	115
o.	Le corps vécu comme lieu porteur d'une architecture interne, perceptivité .....	116
p.	Le corps vécu comme lieu de présence à soi .....	116



q.	Le corps vécu comme lieu porteur d'imperçus et de perçus .....	116
r.	La personnalité : une structure organisée physiquement et psychiquement .....	116
s.	Le corps vécu comme porteur d'un sujet Sensible.....	117
t.	Le corps vécu comme lieu porteur de postures signifiantes.....	117
u.	Le corps vécu comme lieu porteur de schèmes cohérents .....	117
2.	Modèle de progression des savoirs.....	118
A.	Le corps vécu comme lieu organique.....	122
B.	Le corps vécu comme lieu structuré et cohérent .....	122
C.	Le corps vécu comme lieu d'enrichissement perceptif, expressif et cognitif ....	122
D.	Le corps vécu comme lieu de la personnalité .....	123
<b>Chapitre 2 - Discussion théorique.....</b>		<b>125</b>
A.	Le corps vécu comme lieu organique.....	125
B.	Le corps vécu comme lieu structuré et cohérent .....	132
C.	Le corps vécu comme lieu d'enrichissement perceptif, expressif, cognitif .....	144
D.	Le corps vécu comme lieu de la personnalité .....	159
<b>Conclusion.....</b>		<b>169</b>
<b>CONCLUSION ET PERSPECTIVES .....</b>		<b>173</b>
<b>BIBLIOGRAPHIE .....</b>		<b>177</b>
<b>ANNEXES.....</b>		<b>185</b>
<b>Annexe 1</b>		
<b>Récit de création du codifié des personnages du Sensible à l'œuvre dans l'expressivité et la créativité des arts de la scène .....</b>		<b>187</b>
<b>Annexe 2</b>		
<b>Présentation des différents chercheurs et courants théâtraux.....</b>		<b>228</b>
<b>Annexe 3</b>		
<b>La classification des profils de personnalité suivant le modèle d'Allport (1961) et Millon (2010).....</b>		<b>234</b>
<b>Annexe 4</b>		
<b>Fiche de présentation des différents profils de personnalité suivant la classification de Millon.....</b>		<b>235</b>
<b>Annexe 5</b>		
<b>Le codifié des personnages du Sensible .....</b>		<b>241</b>

<b>Annexe 6</b>	
<b>Analyse par thèmes .....</b>	<b>245</b>
<b>EPILOGUE.....</b>	<b>259</b>





# INTRODUCTION GENERALE

*Deviens, ne cesse de devenir qui tu es - le maître et le formateur de toi-même.*

Nietzsche<sup>4</sup>

Cette recherche interroge ma pratique professionnelle à de multiples carrefours : la pédagogie et la créativité, la psychologie et le théâtre, l'accompagnement et le soin, la notion de personnalité et celle de personnage. Elle vise à saisir l'enchaînement de vécus, d'apprentissages, de concepts, de pratiques, qui ont présidé à la création d'un outil pédagogique que j'ai mis au point, en tant que formateur dans le champ du « Sensible »<sup>5</sup>, en novembre 2007.

Cet outil pédagogique nouveau que j'ai appelé « le codifié des personnages du Sensible », est l'objet premier de mon intérêt de chercheur et mon projet initial de recherche était d'interroger ses impacts formatifs chez les stagiaires lors des stages d'expressivité que j'anime en tant que pédagogue. Cependant, je me suis heurté d'emblée, dans ce premier projet, à deux problèmes. Le premier était que je voulais identifier les effets d'une pratique qui n'existait encore que comme telle, vécue, appliquée, utilisée dans les stages, mais pas encore comme objet de recherche conceptualisé. Le deuxième est que moi, auteur de la recherche, je ne m'étais pas encore identifié comme auteur de la création même de mon outil pédagogique, qui était également mon objet de recherche.

---

<sup>4</sup> Nietzsche, F. (1968-1997) *Fragments posthumes II. Œuvres philosophiques complètes V*. Ed. Gallimard. p. 421.

<sup>5</sup> Je définirai ce terme dans les pages qui suivent.

Par conséquent, trop collé au contenu, avec l'impossibilité de discerner ce qui composait mon outil, de le définir, de le caractériser, j'étais dans l'incapacité d'en étudier les impacts chez les stagiaires en expressivité. Il était trop tôt, il manquait une étape. Il s'est donc avéré nécessaire de faire précéder cette recherche d'une autre, préalable, qui servirait d'une part à constituer mon objet de recherche et, d'autre part, à me constituer moi-même comme auteur-créateur de mon outil et donc, de ma recherche. Ce master est cette première étape, que je souhaite dès maintenant prolonger dans une recherche doctorale qui pourra alors investiguer les impacts de la construction du personnage sur les stagiaires en expressivité.

Cette première étape s'inscrit au carrefour d'une recherche-crédation (Bruneau, 2007) et d'une approche biographique par l'écriture d'un récit (Josso, 2011). Il était en effet nécessaire que je revienne sur ce que j'avais construit et, plus encore, sur les façons dont cet outil pédagogique s'était créé. Or, le récit biographique permet de rendre les processus créatifs conscients : « Par le récit, l'artiste peut se construire [...] ; mais il construit aussi sa pratique dans la mesure où ce récit qu'il énonce lui permet d'articuler ses intentions à ses formes non plus de manière inconsciente mais consciente. » (Burns, 2007, p. 259)

Mon objet de recherche s'inscrit dans un univers professionnel si spécifique que je dois d'emblée, pour rendre accessible le sens de mon projet, le préciser. C'est en effet avec une triple posture d'acteur, de metteur en scène et de formateur en somato-psychopédagogie dans le département « Expressivité » (que je présente en p. 22) que j'aborde cette recherche ; ma pratique doit se mettre au pluriel. C'est à partir de ce contexte professionnel multiple que ma recherche a commencé. C'est une posture originale car, en reliant des systèmes de référence *a priori* séparés, elle me fait vivre le réel sur plusieurs plans à la fois ; c'est un « acte bisociatif » au sens de Koestler (1964) c'est-à-dire un savoir né « d'une fusion permanente de deux matrices intellectuelles précédemment jugées incompatibles. » (Koestler, 2011, p.83) Pour être plus juste il faudrait d'ailleurs dans mon cas parler d'acte « trisociatif », nés de l'articulation des trois champs rencontrés – théâtral, psychologie de la personnalité et paradigme du Sensible.

L'interaction de ces différents champs a été pour moi source de création. Mais cette posture est également source de difficulté de par son caractère hybride. En effet, ces différents champs étaient tellement intriqués en moi qu'il m'était impossible de voir leurs interactions. Ce fut le premier objectif de cette recherche que de « démêler » les frontières et les territoires de mes questionnements dans chacun de ces champs de pratique, pour mieux comprendre la

manière dont ils s'étaient articulés au fil de mon parcours, identifier le contexte du processus de création pédagogique de l'outil que j'ai créé et son contenu-même, et ainsi identifier plus clairement l'objet de recherche qui naît à leur carrefour.

## **Les trois champs d'inscription professionnelle de ma recherche**

Ces trois champs sont ceux qui occupent actuellement ma vie professionnelle. Ils sont définis dans l'ordre suivant : le paradigme du Sensible en premier car il sous tend tout mon travail ; en deuxième la somato-psychopédagogie, plus spécifiquement sa spécialisation en expressivité, qui est mon terrain d'application professionnelle et en dernier le champ théâtral et le travail de la construction du personnage qui vient enrichir mon approche expressive.

### *a. Le paradigme du Sensible*

Le premier champ est celui du paradigme du Sensible (Bois, 2001, 2006, 2007 ; Bois & Humpich, 2006 ; Bois & Austry, 2007 ; Berger & Bois, 2008), qui s'est construit progressivement dans un entrelacement entre pratique et théorie. Il s'agit d'un rapport singulier et tout à fait spécifique que la personne entretient avec son corps, avec « les manifestations vivantes de l'intériorité du corps » (Bois, 2007, p. 14), celles-ci prenant le nom de Sensible. Le terme « Sensible » ne renvoie pas ici aux cinq sens comme on pourrait le croire traditionnellement, ni au sens proprioceptif. Il s'agit ici de la perception *du* Sensible, c'est-à-dire que Sensible est pris ici comme substantif désignant à la fois la présence et la relation d'une personne avec ce dernier. En effet, c'est lorsque « la personne témoigne, en pleine conscience, du processus dynamique qu'elle sent en elle » (Bois & Austry, 2007, p. 7) que l'on considère qu'elle est en lien avec son Sensible. La personne est ainsi placée dans un lieu nouveau de sa conscience, de sa réflexion, de son ressenti, lui permettant de renouveler son regard sur ses modes de fonctionnement et de comportement. Il se révèle être, comme le dit Berger (2009), « le support possible d'une véritable révélation du sujet à lui-même, et la voie d'accès à un foyer d'intelligibilité spécifique » (p. 19).

Mais le Sensible n'est pas seulement porteur, à travers la personne, d'une dimension existentielle et signifiante, il est aussi porteur d'une dimension créative car il met en lumière une nouvelle forme de connaissance. De par le rapport nouveau au corps, à soi, aux autres et

au monde qu'il instaure, le Sensible est créateur de vécus singuliers renouvelant les représentations de la personne. C'est une créativité qui émerge en temps réel de l'expérience. Une donation immédiate s'offre dans l'intériorité du corps, prend forme et, simultanément, offre une nouvelle « forme » à la personne. Lorsque je parle de nouvelles formes, j'entends une nouvelle modalité de pensée, une nouvelle posture physique ou psychologique, une nouvelle manière de se percevoir ou de percevoir l'autre, ou l'événement, un nouveau point de vue.

C'est dans ce cadre que j'ai pu observer, d'abord pour moi-même et ensuite en tant que formateur, que le Sensible pouvait être, pour la personne, une "source de renforcement" lui permettant de nourrir son sentiment d'existence. La source de renforcement (également appelée source d'affirmation de soi), est, en psychologie de la personnalité, et plus précisément dans la théorie des dispositions (Millon, 2010)<sup>6</sup>, la source où l'on apprend à répéter ou non un certain comportement, où l'on apprend à répéter un comportement souhaité et à éviter ceux mal adaptés. Pour la psychologie de la personnalité, cette source ne peut se trouver que chez soi ou chez les autres. Il m'a semblé que la relation au Sensible pour la personne était une source "en soi" ou "à l'intérieur de soi", car possédant des caractéristiques propres et identifiables dans le corps, distinct de l'ensemble de comportements déjà existant. Ceci permet de sortir d'un dualisme que l'on retrouve dans la plupart des approches de la personnalité (anima/animus chez Jung, extravertie/introvertie chez Eysenck, indépendant/dépendant chez Allport et Millon par exemple) en ouvrant une troisième voie, corporelle, perceptive et interagissant néanmoins avec la pensée et les représentations existantes. C'est cet apport Sensible à l'enrichissement de la personnalité qui m'a amené à construire mon outil pédagogique et, ensuite, à le questionner pour faire apparaître les différents apports et interactions entre personnage et personnalité.

*b. La pédagogie de l'expressivité dans le cadre de la somato-  
psychopédagogie*

Le deuxième champ d'inscription de cette recherche, au sein du paradigme du Sensible, est constitué par la somato-psychopédagogie. Cette dernière est une pratique d'accompagnement des personnes. Elle vise à guider une personne en mal-être ou en quête

---

<sup>6</sup> Voir annexe 3 et 4



d'elle-même, vers un accomplissement plus grand de ses potentialités depuis l'éprouvé corporel spécifique du Sensible.

La somato-psychopédagogie propose ainsi à chacun de devenir auteur de sa vie, et favorise son autonomisation ; en un mot, elle rend à la personne son pouvoir de développement et de création. L'accompagnement en somato-psychopédagogie, s'appuyant à la fois sur une relation au corps et sur une réflexion ancrée dans l'éprouvé corporel, développe pour le praticien les compétences suivantes : réaliser un bilan somato-psychique de la personne à travers une lecture du corps ; mener un accordage somato-psychique à travers des outils spécifiques ; accompagner la mise en sens de l'expérience de soi par la construction d'un espace de parole ou d'écriture.

La spécificité de la formation des professionnels de l'accompagnement en somato-psychopédagogie, « une éducation s'enracinant dans la chair, l'écoute, le toucher, et la mise en mouvement subtile du corps » (Bois, 2009a, p. 58), implique des modes pédagogiques spécifiques. En premier lieu, une éducation perceptive permettant au futur praticien d'entrer dans l'expérience singulière de son corps. En deuxième lieu, une nécessaire interaction entre théorie et pratique car la somato-psychopédagogie est née d'une modélisation théorique enracinée dans une expérience singulière du corps ; la connaissance produite est issue d'une expérience corporéifiée. En troisième lieu, des mises en situation expérientielles mettant en jeu le lien entre une expérience corporelle interne singulière et la mise en jeu du sujet dans toute sa globalité (physique, psychologique, cognitive). Au contact de ces "expériences corporelles", la personne ne se contente pas de ressentir, elle perçoit les impacts de sa perception sur sa manière de réfléchir. Comme le dit Bois (*ibid.*), « mobiliser une activité réflexive à travers l'enrichissement des potentialités perceptives met en mouvement la matière, la conscience, les représentations et la réflexion, ce qui confère à l'expérience une valeur évidente d'apprentissage. » (p. 63).

Ces modes pédagogiques sont dispensés au travers de trois grands types de situations pratiques : l'approche manuelle, l'approche gestuelle et l'approche verbale. Parmi elles, l'approche gestuelle m'intéresse particulièrement car elle comprend, dans ses nombreux outils, un « mouvement codifié » qui constitue le socle de mon étude. Un mouvement codifié est une structure chorégraphiée, un enchaînement de geste précis et de postures aux formes définies. Cet ensemble de mouvement est structuré dans le temps, c'est-à-dire qu'il est composé de séquences avec des départs dans une posture donnée et des arrivées dans une posture différente, avec un déroulement du trajet du mouvement entre ces deux points. Il a pour objectif une « éducation sensorielle » car il permet de réaliser un mouvement en puisant

dans le potentiel gestuel non utilisé habituellement par la personne, tout en respectant les lois physiologiques du corps.

La somato-psychopédagogie a, très tôt, senti la nécessité de développer une continuité entre l'intériorité vécue et perçue et l'expressivité partagée. C'est dans cette spécialisation de l'enseignement de la somato-psychopédagogie, appelée expressivité du Sensible, qu'est né un ensemble de questions et de réflexions. J'y suis intervenant et responsable pédagogique de Diplômes Universitaires<sup>7</sup>: « Mouvement, art et expressivité » et « Pédagogie de l'expressivité ». Quand il accueille une personne, le somato-psychopédagogue spécialisé en expressivité, doit prendre en compte que celle-ci est porteuse de traits de personnalité qui demandent à être pris en considération afin d'adopter des stratégies différentes. Il doit trouver une relation pédagogique adéquate. Il n'oriente pas sa stratégie en fonction de ce qu'il pense mais de "qui est devant lui" qu'il appréhende avec sa perception globale enrichie de la perception du Sensible. Quel est le mécanisme sous-jacent à son mode de comportement et de communication et comment s'articule-t-il avec son lien à sa relation au Sensible ?

Ces réflexions m'ont amené à me poser la question de la place de la personnalité dans cette pratique et, plus particulièrement, la question de l'accompagnement et de l'enrichissement de cette personnalité. La somato-psychopédagogie est une approche qui s'inscrit dans le champ de la psychologie humaniste (Rogers), qui considère la personne comme un être en devenir, ayant la capacité de s'actualiser et de s'autodéterminer. Elle s'inscrit également dans le champ de la phénoménologie, car elle insiste sur la dimension charnelle de la subjectivité et sur la place d'un corps vécu comme source de connaissance. Cette affiliation à ces différents champs de pensée ainsi qu'à mes terrains d'application m'ont amené à regarder la personnalité non plus comme faisant partie d'une *typologie*, ce qui pouvait être réducteur, enfermant la personne dans des caractéristiques comportementales stéréotypées, mais bien comme faisant partie d'une *topologie*. Celle-ci me permet de regarder la personne comme étant en mouvement, se déplaçant d'un point à un autre en elle, s'adaptant à un terrain d'expérience, reconnaissant ses limites et ses contours, s'ouvrant à d'autres "espaces intérieurs" et changeant de "formes" au fil de sa formation.

### c. *L'approche théâtrale et la construction du personnage*

---

<sup>7</sup> Ces deux D.U. sont délivrés par l'Université Fernando Pessoa de Porto.

Le troisième champ de pratique dans lequel s'inscrit cette recherche est celui du théâtre. En effet, je suis à la fois acteur, metteur en scène et formateur en pratiques théâtrales. Je suis aussi co-directeur artistique et pédagogique de la Compagnie du Passeur, créée avec Sylvie Bitterlin en 1995, qui a pour vocation de développer la création et la formation théâtrale à partir des outils du paradigme du Sensible. Mon parcours en tant qu'acteur et metteur en scène depuis bientôt 30 ans m'a amené à observer le primat du rapport au corps dans l'approche de l'expression. Ce trajet professionnel m'a permis d'aborder des formes théâtrales variées comme le masque de Commedia dell'Arte, la forme clownesque, le travail du conteur et la construction de personnage. Cette dernière forme est importante dans cette recherche car je l'ai utilisée dans la création de mon outil pédagogique, objet de ma recherche. La construction du personnage est vue ici comme l'ensemble des moyens et des stratégies mis en œuvre par un acteur pour jouer de manière la plus authentique possible un personnage, différent de sa propre personnalité. Le personnage est vécu comme une personnalité fictive – fonctionnant comme une personnalité – mais existant uniquement le temps de l'interprétation.

De nombreux pédagogues et metteurs en scène<sup>8</sup> se sont demandé comment aider un acteur à construire un personnage en lien avec une "intériorité" au sens d'une authenticité, d'une vérité dans le jeu. Certains ont construit ce chemin en partant de l'analyse des intentions, de la pensée et de la psychologie du personnage pour développer un système permettant à l'acteur d'incarner progressivement ce dernier dans son corps : Stanislavski (dans la première partie de sa vie) avec sa méthode, Michael Tchekhov et le geste psychologique, Lee Strasberg et l'Actor's studio par exemple. D'autres ont privilégié un entraînement du corps de l'acteur pour lui permettre d'accéder à des états perceptifs particuliers, pour ensuite observer leur incidence sur la psychologie du personnage : Stanislavski et les actions physiques, Grotowski et l'organicité, Barba et l'Anthropologie Théâtrale, Philippe Hottier et le travail masqué. Chez les premiers (Stanislavski – 1<sup>ère</sup> et 2<sup>ème</sup> partie de sa vie – Tchekhov, Strasberg), la recherche était orientée principalement vers les stratégies psychologiques à mettre en œuvre pour construire le personnage, vers un travail de composition, mais peu sur la personnalité de l'acteur. Chez les derniers (Grotowski, Barba et Hottier), l'investissement de l'acteur et de sa personnalité étaient sollicités de par l'exigence du rapport au corps, ce rapport prenant différentes formes et appellations chez ces chercheurs théâtraux : « l'acte total » (Grotowski), « l'acteur Dieu » (Hottier), « sats » (Barba). On observe, dans leurs approches respectives, que la frontière entre la personnalité de l'acteur et

---

<sup>8</sup> En annexe 2 se trouve une présentation des différents metteurs en scène et pédagogues ainsi que de leurs approches.

le personnage est plus perméable. Ils cherchent moins une composition élaborée par l'acteur qu'un lien d'authenticité et de présence se déployant dans l'intériorité du corps et venant ensuite nourrir l'acte créatif.

Proche de ce dernier courant, j'observais, en tant qu'acteur, qu'interpréter un personnage à partir de ma corporalité - qu'elle soit nommée « organicité » (Grotowski), variation d'énergie ou « sats » (Barba) ou encore « la danse des états d'âmes » (Hottier) - me permettait d'accéder à une expérience nouvelle de moi-même. En quelque sorte, je découvrais des potentialités expressives de mon corps et les transformais en représentations nouvelles, plus que des représentations, des comportements nouveaux. Le comportement est vu ici comme ne se réduisant pas à « une simple relation mécanique ; se comporter, c'est s'orienter dans le monde de manière articulée, c'est répondre à un sens, à une valeur. » (Barbara, 1997, p. 53). Ce travail expressif me permettait d'accéder à un sens ou à une valeur nouvelle proposant une orientation dans le monde m'étant jusque là inconnue. Il y avait une contagion qui s'opérait entre le personnage et ma propre personnalité et réciproquement. Cette nature d'interaction m'a tout de suite interpellé : de quelle nature était-elle ? Selon quelle modalité et temporalité se déployait-elle ? Quelle était sa progressivité ?

C'est d'une évolution "sourde", c'est-à-dire non élaborée consciemment, que la création d'un outil pédagogique pouvant accompagner et enrichir la personnalité du stagiaire est progressivement apparue. Ce mouvement souterrain s'est nourri de l'entrecroisement de ces différents champs et terrains d'observations – théâtral, Sensible et somato-psychopédagogique – rencontrés tout au long de mon parcours professionnel.

## **L'objet de ma recherche : le codifié des personnages du Sensible**

Dans les pratiques théâtrales et somato-psychopédagogiques en expressivité, je me suis rendu compte que les résistances des stagiaires étaient souvent liées à une difficulté plus ou moins grande à intégrer une nouvelle perception d'eux-mêmes pouvant offrir des représentations nouvelles, dans une typologie de personnalité existante : il y a là un mouvement montant de l'intériorité vers l'expressivité. Mais aussi, à une difficulté à repérer et à laisser évoluer leurs propres mécanismes psychologiques en lien avec la nouvelle

perception de soi qui a émergé dans l'expérience du Sensible : c'est plutôt à un mouvement descendant que nous avons affaire ici.

C'est de là qu'est née l'idée de créer, sur le modèle du mouvement codifié existant en somato-psychopédagogie, un nouveau codifié visant spécifiquement à permettre à une personne de partir du rapport singulier qu'elle entretient avec son corps Sensible, pour aller jusqu'à la rencontre avec un trait de personnalité spécifique. Le lecteur en trouvera la description et l'illustration en annexe 5. Ce codifié est dit « expressif » car les sept postures qui le composent permettent de rencontrer sept expressions particulières, porteuses de traits de personnalité appartenant ou pas aux stagiaires. Je l'ai appelé « codifié des personnages du Sensible ». La notion de personnage appartient au champ de la construction du personnage dans le monde théâtral. Lorsqu'un acteur interprète des personnages, ceux-ci sont différents de sa propre personnalité. Les personnages possèdent leurs propres personnalités qui n'existeront que le temps de l'interprétation : en ce sens, on pourrait parler de personnalités fictives. Pourtant, même si elles n'existent qu'un temps donné, elles se déploient bien sur les mêmes bases qu'une personnalité réelle, elles ont leur propre psychologie, leurs propres émotions.

Le lien entre "personnages" et "Sensible" est donné par le fait qu'un sujet vivant l'expérience du Sensible découvre « un lieu de soi se révélant » (Berger, 2009, p. 19) et que dans cette révélation peuvent se donner des manières d'être tellement nouvelles, tellement différentes de la propre personnalité du sujet, qu'elles sont alors vécues comme des personnages. Le personnage émanant de cette relation au Sensible est bien une expérience ponctuelle certes, mais réelle, d'une nouvelle manière d'être soi, appelée à enrichir la personnalité du sujet.

La question précise à laquelle cette recherche a tenté de répondre est la suivante : *Quel est le processus de création à l'œuvre lors de la création de cet outil pédagogique expressif singulier : le codifié des personnages du Sensible ?*

Plus précisément, la recherche poursuit trois objectifs :

1. Saisir et rendre visible l'enchaînement des étapes chronologiques ayant constitué le processus de création de l'outil pédagogique
2. Identifier les savoirs expérientiels et théoriques ayant nourri le processus de création et préciser leurs articulations
3. Conceptualiser et modéliser l'expérience vécue de la création pédagogique

De par sa nature et sa méthodologie, cette recherche n'épouse pas le format classique (en tout cas le plus fréquent) des mémoires de master du Centre d'Etude et de Recherche appliquée en psychopédagogie perceptive (CERAP). En effet, il repose sur une méthodologie de production de données sous forme d'un récit de création qui a été, tout au long de son élaboration, ce qu'en dit Josso, à savoir : un « temps fort de conjonction entre trois rôles qui se disputent le devant de la scène : l'acteur du présent qui s'institue comme auteur-écrivain et comme son propre lecteur critique sur ses positions d'acteur au cours de sa vie » (Josso, 2011, p. 157). Ce faisant, cette recherche s'inscrit tout à la fois dans les récits de vie en formation et dans le format de la recherche en pratique artistique où « par le récit, l'artiste peut se construire, car il trouve les moyens de construire sa pratique en la définissant et en l'arrimant à une histoire plus large que la sienne et en la liant à d'autres histoires d'artistes » (Burns, 2007, p. 259).

Tel est le projet qui m'a animé dans cette recherche, dont je souhaite qu'elle dépasse mon cas singulier pour ouvrir à une réflexion plus universelle sur la place du corps et de sa sensibilité dans les processus de création, sur la place du corps dans l'enrichissement de la personnalité, autant que sur la place de l'artiste dans l'évolution des pratiques pédagogiques corporelles.

**PREMIERE PARTIE**  
**PROBLEMATISATION ET MISE EN PLACE**  
**DE LA RECHERCHE**





# Chapitre 1 - PERTINENCES

*Il me semble absurde que les hommes veuillent être autre chose que ce qu'ils sont. Cette remarque a un air banal, elle est pourtant d'une profondeur aussi insondable que l'océan ; quant à moi, j'estime qu'il convient de la prendre à cœur en toutes circonstances.*

Van Gogh<sup>9</sup>

## Pertinence personnelle de la recherche

Ma recherche vise à reconnaître les processus à l'œuvre dans la création d'un outil pédagogique spécifique : le codifié des personnages du Sensible. Lors de la création de ce dernier, mon projet était d'aider les stagiaires à trouver une voie de passage vers plus de facilité expressive, vers plus d'adaptabilité de leur personnalité. Toute mon attention était tournée vers l'autre, vers la solution la plus pertinente au point de vue pédagogique. Je n'ai pas porté attention, dans ce court moment, à ce qui était "ma part" dans le processus de création qui se déroulait.

Souvent, en tant que pédagogue lors de formation en expressivité, lorsqu'un stagiaire témoigne que mes propositions pédagogiques l'ont aidé dans un exercice, je lui demande d'observer de quelle manière cette aide a été pertinente, de reconnaître quelle stratégie il a déployée pour que ces consignes extérieures deviennent siennes. Car généralement le stagiaire accorde de l'importance à son pédagogue mais ne se rend pas compte qu'il est en train d'utiliser une "pédagogie personnelle" pour intégrer les propositions qui lui sont faites dans sa propre personnalité. Comme formateur, je suis convaincu que reconnaître sa part dans tout processus pédagogique est une manière de se reconnaître, soi, au travers de ce dernier. Mais

---

<sup>9</sup> Van Gogh, V. (1960). *Correspondance complète I*. Ed. Gallimard-Grasset. p. 421.

ce que je viens de décrire est relatif à ce que je transmets à l'autre ; c'est justement ce même chemin qu'il me restait à faire pour moi-même, et c'est cet objectif que poursuit cette recherche.

J'ai, tout au long de mon parcours d'acteur, de metteur en scène, de pédagogue, de somato-psychopédagogue, rencontré des "maîtres" qui m'ont enseigné leurs approches au travers de leurs créations, leurs pédagogies, leurs approches thérapeutiques. Cette recherche m'a permis de discerner, dans cet apport extérieur d'expériences, de connaissances, les traces que celles-ci ont laissées en moi. Elle a fait apparaître la manière dont ces apports m'ont transformé, mais aussi la façon dont je les ai enrichis. Il s'est agi, finalement, de reconnaître ma part de création dans ce processus et donc de me reconnaître en tant que créateur : c'est bien une recombinaison, une réhabilitation de soi à soi offrant un sens et un regard nouveau sur tout mon parcours de vie.

À travers cette recherche, j'ai pu aussi préciser, éclaircir la sensation de richesse adaptative que j'ai perçue après l'interprétation des différents profils de personnalité selon la classification que m'a enseigné le Pr Baro – richesse que j'avais rencontrée précédemment avec les masques expressifs. Les deux expériences venant nourrir ma propre personnalité. Questionnant mon processus de création pédagogique, cette recherche dévoile, met à jour, les stratégies que j'ai mises en œuvre afin d'accéder plus facilement à cette qualité adaptative et nourrissant ma personnalité.

## **Pertinence professionnelle de la recherche**

En tant que professionnel, j'ai une triple fonction : acteur - metteur en scène, formateur, somato-psychopédagogue. Dans ces trois secteurs, la dimension de l'accompagnement et de la transmission est très présente, avec les problématiques que cela soulève. Dans le cadre de cette recherche sur le processus de construction d'un outil pédagogique dans le cadre du Sensible, mon objet se trouve à l'entrelacement du personnage et de la personnalité, de la perception et du comportement, du corps et de l'expression. Avant de débiter ma recherche, cette richesse de contenu était aussi ma difficulté, car j'étais dans l'impossibilité de discerner ce qui le composait et par conséquent de construire "les marches" pédagogiques pour accompagner les impacts chez les stagiaires en expressivité.

La recherche m'a autorisé à dissocier, décoller l'ensemble des apports respectifs de mes différentes fonctions professionnelles et activités, et ainsi de les voir apparaître dans leurs

contours spécifiques. Elle m'a permis de distinguer comment ces apports ont nourri mon processus de création pédagogique, la manière dont je les ai utilisés, ainsi que la temporalité de leur mise en place. De plus, elle a servi d'appui pour que le codifié devienne un outil pratique suscitant l'expérience d'une théorie de la personnalité spécifique au champ du Sensible.

La clarification que j'ai souhaitée obtenir au travers de cette recherche visait à préciser les contours de mon outil pédagogique pour en augmenter l'efficacité auprès de mon public. J'ai cherché à répondre à plusieurs questions comme, par exemple : comment ai-je représenté ce que je savais intuitivement ? Quelle relation existe-t-il entre les théories en usage et les théories explicites dans ce parcours de création ? Comment ai-je saisi et rendu visible l'enchaînement des réflexions produites au cours du processus de création ? Comment ai-je été capable de conceptualiser le passage du vécu à l'outil pédagogique ? De quelle manière la personnalité influe sur le rapport au corps sensible ou comment le rapport au corps sensible peut-il venir enrichir la personnalité, la nuancer ?

En tant que pédagogue dans les formations professionnelles en expressivité, cette recherche m'a permis de préciser le lien et les voies de passage aidant une personne à glisser avec fluidité et continuité entre son intériorité et son extériorité, entre sa subjectivité et son objectivité, entre son intimité et ce qui est partageable.

Elle m'a également donné accès à l'arrière scène de la création, donnant une assise et une argumentation plus conséquente à mon objet de recherche et le rendant plus solide au regard du monde.

En interrogeant le processus de création d'un outil pédagogique structuré comme le codifié des personnages du Sensible, je souhaitais faire apparaître les différentes étapes qui ont permis sa création. Modéliser ces différentes étapes, c'est aussi pouvoir les transmettre et les partager avec ma communauté professionnelle.

J'espère apporter à la communauté théâtrale, acteur comme metteur en scène, une voie de passage complémentaire dans le travail de la construction du personnage. Cette voie favorise le corps, habité d'une conscience perceptive nourrissant le geste, animé d'une dynamique interne renouvelant la créativité de l'acteur ou du metteur en scène.

J'espère ainsi apporter à ma communauté de somato-psychopédagogues et pédagogues perceptifs, des compréhensions et connaissances nouvelles dans l'utilisation de ce codifié que je leur ai transmis. Je souhaite que cette recherche leur apporte une aide en leur permettant d'adopter des stratégies adéquates et donc des outils plus pertinents dans l'accompagnement

de leur public. J'espère aussi qu'en révélant mon propre processus de création d'un outil pédagogique dans le champ du Sensible, cela leur permettra d'être créatif et d'inventer toujours de nouvelles formes au service du déploiement de la personne.

## **Pertinence sociale de la recherche**

Au contact de l'expérience du Sensible, la personne accède à un lieu abrité de son histoire propre, de ses blessures, où elle peut se reconstruire non pas sur des valeurs extérieures mais bien au nom de ce qu'elle rencontre ; elle se met alors à agir au nom de son vécu, de son expérience, de ce qu'elle a rencontré en elle. En interrogeant de plus près la manière dont ce processus se joue, cette recherche offre une compréhension nouvelle de certains aspects du fonctionnement de la personnalité, permettant notamment de comprendre comment elle peut s'enrichir et donc mieux s'adapter, y compris en situation de mal-être. En effet, cette étude touche indirectement à la question du développement et de l'épanouissement des différentes facettes d'une personnalité pour aller vers un mieux-être, au développement de la "santé", au sens d'un "prendre soin de soi" par le développement qualitatif qu'une personne peut entretenir avec elle-même. Il me semble que le codifié des personnages du Sensible peut être un outil d'éducation performant pour ce projet.

L'autre point important concerne le volet expressif et créatif de ma recherche, qui peut apporter une compréhension nouvelle à la description d'un processus de création en général et aider au développement de la créativité. Elle pourra témoigner de la nature des interactions créatives au sein d'un processus de création pédagogique et inviter d'autres pédagogues à tenter l'aventure créative. Elle ouvre aussi à un dialogue entre savoirs artistique et savoirs universitaires qui, souvent, se regardent en « chiens de faïence ».

## **Pertinence scientifique**

Au niveau de la psychopédagogie perceptive et plus spécifiquement de l'approche de l'expressivité, c'est en tant que praticien-chercheur que j'espère, à travers cette recherche, offrir un enrichissement dans la compréhension du lien entre posture et psychologie, et ses apports pour la gestuelle du Sensible. En effet, ma recherche, en interrogeant un processus de création d'un outil pédagogique particulier, se trouve à l'intersection du personnage et de la personnalité, du corps sensible et de la psychologie, de l'interprétation et de l'authenticité.

Plus largement encore, j'espère que ma recherche pourra contribuer à la réflexion sur les relations entre le corps et l'esprit. Si ces relations sont aujourd'hui de plus en plus reconnues dans le champ des sciences de l'éducation comme de la santé, les positions théoriques sur ce sujet sont, hélas encore souvent cloisonnées ou partielles. Les sciences humaines n'ont pas fini de rejoindre le projet que Wallon, déjà en 1958, posait en ces termes : « Un des pas les plus raides à franchir pour la psychologie est celui qui doit unir l'organique et le social, l'âme et le corps » (p. 367). Dans ce contexte, le paradigme du Sensible, considéré non plus seulement comme champ de pratiques mais bien comme champ de recherche, a quelque chose à dire de singulier sur ce lien : « La somato-psychopédagogie est une discipline émergente qui tente de réconcilier, pleinement et sur un pied d'égalité, le corps et l'esprit. » (Bois, 2006a, p. 7).

J'espère également, à travers cette recherche, nourrir la réflexion sur la place de la personnalité dans le champ du Sensible. Quel est le regard spécifique des chercheurs du Sensible sur la personnalité aujourd'hui ?

Sur le plan méthodologique enfin, ce mémoire est le premier au sein du CERAP à structurer la recherche autour d'un récit de création. J'espère par cette nouveauté contribuer à l'ouverture d'un chemin méthodologique pour d'autres collègues qui souhaiteraient déployer leur recherche à partir d'un récit de création.



## Chapitre 2 - POSTURE EPISTEMOLOGIQUE

*Je m'efforce de rester dans le vrai, bien que je tâche d'exprimer une idée.*

Van Gogh<sup>10</sup>

Le format classique d'un mémoire de master impose généralement une première partie qui pose le contexte théorique de l'étude, ses concepts clefs, pour offrir au lecteur un cadre d'intelligibilité à la problématique soulevée. Les choses se sont présentées différemment pour moi, et plusieurs raisons m'ont amené à exposer avant toute autre chose la posture épistémologique et les choix méthodologiques qui ont présidé à ma recherche.

La première de ces raisons est que ma recherche s'inscrit dans deux approches : la recherche-formation et la recherche-crédation. Précisons d'emblée cette double appartenance épistémologique.

### La recherche-formation

La recherche-formation a été initiée par Pineau en 1985 et se définit comme le questionnement entre, d'une part, l'ensemble des savoirs et connaissances accumulés par une personne<sup>11</sup> et, d'autre part, les savoirs émergents naissant de la description et du questionnement des premiers, provoquant une transformation et un enrichissement de la pratique ou de la vie quotidienne de cette personne ou d'une collectivité. Josso (1991) la

---

<sup>10</sup> Van Gogh, V. (1960). *Correspondance complète II.*, Ed. Gallimard-Grasset. p. 523.

<sup>11</sup> Sur ce sujet, je renvoie aux compétences génériques transversales développées par Josso dans son livre *Expérience de vie et formation*, 2011, p. 55

définit ainsi : « La recherche-formation [...] se préoccupe d'articuler directement la visée de connaissance et la visée de changement dans une même séquence temporelle. » (p. 104).

Cette approche était pertinente pour mon projet de recherche car elle permet de saisir l'enchaînement de vécus, d'apprentissages, de concepts, de pratiques, qui m'ont nourri lors du processus de création de mon outil pédagogique. En effet, c'est à un véritable inventaire de mes ressources expérientielles que j'ai été convié, et celui-ci a été, dans un deuxième temps, questionné et analysé. Ces deux mouvements, qui peuvent être concomitants, sont propres à l'approche de la recherche-formation qui, « en tant que méthodologie, se définit avant tout comme une stratégie de connaissance qui encadre des procédures de constitution de corpus d'informations et des procédures d'analyse » (*Ibid.*, p. 103).

La stratégie développée dans le cadre de ma recherche a été l'élaboration d'un récit de création permettant de regarder, au regard du moment spécifique de construction de mon outil pédagogique, toutes les circonstances et situations antérieures de ma vie (autant personnelle que professionnelle) qui, sans même que j'en sois conscient sur le moment, ont expérientiellement nourri cette création qui allait venir, ou l'annonçaient déjà, sous une forme ou sous une autre. Pour Josso, la description des processus à l'œuvre lors d'une création, mais également de tout ce qui la sous-tend, permet de faire émerger « des tensions dialectiques particulières » (Josso, 2011, p. 23) comme, par exemple dans mon cas, l'entrelacement ou l'enchaînement des éléments biographiques dans mon temps de création ou encore la dialectique personnage et personnalité.

Il ne s'agissait donc pas uniquement de me "raconter", mais bien de saisir les vécus nourriciers et nourrissants de ma démarche de recherche et, comme le dit Josso (2000), « de découvrir les critères que nous nous sommes donnés pour que des vécus soient devenus des expériences dont il a été extrait des savoir-être en relation avec soi et avec les autres, des savoir-faire et/ou des savoir-penser, savoirs qui sont précisément utilisés comme référentiels dans le travail d'interprétation » (p. 259). Parmi les savoir-penser, peuvent émerger de mon parcours l'ensemble des savoirs théoriques et théorico-pratiques qui ont participé à la construction du codifié des personnages du Sensible.

C'est aussi une démarche impliquante, elle demande une mobilisation du chercheur dans sa recherche bien sûr, mais aussi dans ce que cette dernière provoque et transforme dans sa vie individuelle, quotidienne et professionnelle. La recherche-formation fait partie de l'ensemble des recherches qualitatives et, à ce titre, demande une présence attentionnée au chercheur. Comme le disent Paillé & Muchielli (2008), « L'analyse qualitative est une activité humaine qui sollicite d'abord l'esprit curieux, le cœur sensible et la conscience attentive, et



cet investissement de l'être transcende le domaine technique et pratique. » (p. 48). Les savoirs qui naissent de cette approche en recherche-formation se doivent d'être en lien avec la vie concrète et même « (...) s'inscrire au cœur de celle-ci, afin que compréhension et explication en soient une émergence et, en informant, transforment la quotidienneté » (Josso, 1991, p. 105).

Un autre élément important de la recherche-formation est qu'elle demande un contact direct avec le terrain de recherche, qui est toujours « très riche sur le plan existentiel et embrasse par le fait même l'expérience qui en est faite par le sujet, individuel ou social » (Paillé & Muchielli, 2008, p. 52). Elle peut couvrir un large éventail de pratiques autant personnelles que professionnelles car elle « [...] se place dans le courant d'une méthodologie d'engagement des chercheurs dans une pratique de changement individuel ou collectif qui englobe un ensemble d'activités extrêmement variées » (Josso, 1991, p. 103).

Dans l'ensemble de ces activités, le champ artistique et son univers singulier de création, a développé une recherche spécifique s'inscrivant dans la recherche-formation.

## **La recherche création**

La recherche création est un champ de recherche jeune, de moins de trente ans, dont l'épistémologie et la méthodologie sont encore en questionnement aujourd'hui. Elle prend racine dans l'entrecroisement entre deux champs de connaissance distincts : « Elle est [...] un mélange entre le milieu artistique, d'où sont issus la plupart des artistes chercheurs, et le milieu de la recherche en sciences sociales [...], où va s'inscrire leur recherche. » (Burns, 2009, p. 59).

La recherche-crédation concerne d'abord un praticien en art, et donc un artiste qui souhaite éclairer sa pratique par le biais de la recherche. Généralement, il y a d'un côté les praticiens en art et de l'autre ceux qui parlent de la création (critiques, sociologues, philosophe, etc.). Dans le cadre de la recherche-crédation, l'artiste tente de se réapproprier, par le biais de la recherche, un discours sur sa propre création, sur ses propres processus. Interroger l'artiste dans son processus créateur est un souhait qui ne date pas d'hier, comme peut en témoigner l'entretien entre Brassai et Picasso où ce dernier témoigne que « [...] Sans doute existera-t-il un jour une science, que l'on appellera peut-être "la science de l'homme", qui cherchera à pénétrer plus avant l'homme à travers l'homme créateur... » (Brassai, 1964, p. 123).

Mais se pose alors la question d'une méthodologie d'approche spécifique de ce type de recherche ; en effet, « Dans le courant de la recherche » nous dit Burns, artiste visuel et doctorante en recherche-crédation, « je vois bien que les modèles et les méthodes existants ne peuvent pas être utilisés tels quels pour la recherche création. » (*Ibid.*, p. 59). Par rapport à la jeunesse de cette discipline qu'est la recherche-crédation, elle précise « [...] qu'il n'existe pas de modèles antérieurs à cette discipline ; elle n'a pas encore d'histoire. » (*Ibid.*, p. 59).

Cette absence de modèle n'est pas la porte ouverte à une absence de rigueur. Tout travail de création artistique est le fruit d'une méthodologie s'inscrivant dans un champ particulier, pour moi le travail de construction du personnage. D'un autre côté, toute recherche comporte elle aussi ses principes méthodologiques et épistémologiques, qui cadrent et définissent son paradigme. Le chercheur en recherche-crédation que je suis devenu a dû trouver les ponts entre ces deux natures de recherches différentes, les entrecroiser. Pour cela il a fallu retourner à ce qui me constitue car, comme le dit Burns, « les paradigmes de recherche-crédation vont avant tout se construire selon la discipline du chercheur [...] et en fonction des paradigmes artistiques auxquels sont travail de création fait référence. » (*Ibid.*, p. 60). Elle insiste sur l'importance de trouver ce qui fonde la pratique artistique du chercheur : « [...] il est vital que, dans un premier temps, l'artiste-chercheur retrouve ses appartenances, ses atavismes, ses habitudes, son Histoire, ses rites, voire ses us et coutumes dans l'art et en fonction de sa discipline. » (*Ibid.*, p. 61). Dans mon cas, cette recherche, cette reconnaissance et cette affirmation de mon appartenance se sont données par l'écriture de mon récit de création.

Bruneau et Burns (2007) décrivent les différentes formes de recherche alliées à la création. Pour elles, « une recherche qui s'élabore en plongeant dans la pratique serait de type recherche-crédation ou recherche-action. Celle qui s'effectuerait sur une pratique de création, d'interprétation, de formation serait de type étude de pratiques. Enfin, la recherche qui s'effectuerait pour l'art serait de type recherche-intervention, études théoriques » (p. 160).

Dans ma propre recherche, avec l'élaboration d'un récit de création, je m'inscris dans le premier cas de figure. J'ai analysé ma propre pratique de création d'un outil pédagogique en souhaitant que ce ne soit pas seulement une phénoménologie de mon itinéraire dans le monde du théâtre et des arts performatif. Même si, pour l'essentiel, il faut accepter que « l'étudiant qui entreprend une recherche-crédation conçoit que l'essentiel de sa recherche s'effectue dans sa pratique » (*Ibid.*, p. 163), il a fallu construire un véritable mouvement herméneutique au cours duquel ma posture, à la fois impliquée et à distance, analytique et

critique, de mon processus de création et de transformation, a déployé un savoir insu jusqu'alors et partageable dans mes formations d'expressivité.

Ce récit de création, qui est mon recueil de données, concerne différents domaines qui sont le théâtre, le sensible et la pédagogie. Or, « la recherche-crédation a pour originalité d'entrecroiser une production artistique (chorégraphique, musicale, théâtrale, architecturale...) et une production textuelle » (*Ibid.*, p. 163). Dans mon cas, il ne s'agit pas d'une production artistique mais d'une production pédagogique. C'est dans l'entrecroisement, réalisé lors de la création de cette production, de différents champs – humaniste, phénoménologique et sensible – et de différents terrains d'observation – théâtral, sensible et pédagogique – que se trouve l'originalité de ma recherche.

Finalement, construire une recherche-crédation dans le cadre de ce master, c'est entrelacer des champs de connaissance pour développer une posture « hybride, vers un *monstre* » selon Burns (2009, p. 63), ou une posture que j'ai appelée « bisociative » selon Koestler (2011), c'est-à-dire une posture qui ne soit plus le fruit d'une prédominance entre théorie et pratique, une posture que je n'ai jamais rencontrée dans mon cheminement théâtral. C'est aussi sortir d'habitudes liées soit à la recherche universitaire, soit à la recherche artistique, pour aller vers une nouvelle manière de se définir. Car, comme le précise et le défend Burns : « [...] c'est l'artiste, le praticien, qui prend la parole, la parole du chercheur, et c'est donc vers un nouveau type de connaissance et de point de vue que se dirige la recherche en art et sur l'art, à l'université et dans le milieu des arts. » (*Ibid.*, p. 63).

## **Ma posture de praticien-chercheur-crédateur**

J'ai abordé cette recherche en tant que praticien-chercheur-crédateur et je définirai d'abord chacun des mots qui composent ce titre pour ensuite définir l'association des trois et ce qu'elle a impliqué dans cette recherche.

Je suis avant tout un praticien et ce, dans les différentes disciplines concernées par ma recherche. Acteur et metteur en scène depuis l'âge de 19 ans, j'ai une expérience du corps conséquente de l'acteur en représentation. En tant que formateur, j'ai développé des outils pédagogiques expressifs spécifiques des métiers d'acteur dans le cadre de la Compagnie du Passeur.

Je suis également un praticien des disciplines du Sensible depuis maintenant plus de vingt ans, les adaptant à mon métier et à mes formations théâtrales. J'ai aussi déployé, dans ce cadre particulier, l'approche de « l'Expressivité du Sensible ». Celle-ci vise à développer et

transmettre les protocoles théoriques et pratiques permettant à une personne (artiste ou non) d'accéder à un rapport qualitatif à son expression et à sa création la rendant plus riche, par le media du corps Sensible.

Je suis un chercheur dans le sens où, depuis le début de ma pratique artistique, j'ai toujours questionné la notion de présence de l'acteur. Etant insatisfait des explications fournies par les professionnels que j'ai rencontrés tout au long de mon parcours, j'ai cherché des pédagogues ou des approches permettant de répondre, souvent en partie ou provisoirement, à cette quête.

Je suis créateur en plusieurs sens du terme. Tout d'abord, ma participation en tant qu'acteur et metteur en scène à de nombreux spectacles m'a permis d'être confronté à la réalité du processus de création, de rencontrer différentes stratégies pour les enrichir et d'observer quelles étaient les miennes. Mais aussi au sens où j'ai créé, en tant que formateur, des outils adaptés à mon public d'acteurs mais également adaptés aux problématiques individuelles et groupales que je rencontrais dans les stages de formation professionnelle ou universitaire dont j'ai la charge.

Ces créations pédagogiques se sont cependant toujours réalisées de façon empirique, en essayant de répondre le plus rapidement et le plus pratiquement possible à une problématique émergente en rapport avec le jeu, l'interprétation, la qualité de présence des élèves. C'est justement la posture de recherche académique qui permet d'éclaircir et de faire émerger des connaissances jusqu'à présent cachées. En effet, s'inscrire dans une posture de praticien-chercheur, c'est créer les conditions et se doter d'outils pour passer d'un savoir implicite à un savoir explicite, nommé, communiqué. C'est « sortir de l'ombre tout ce "savoir" du praticien qui risque de sombrer dans une grande noirceur, en plus de maintenir des générations à venir dans l'ignorance, s'il n'est pas transformé en savoir explicite » (Bruneau & Burns, 2007, p. 155).

L'objectif d'une recherche n'est pas seulement de faire émerger pour soi-même ses propres processus de réflexion ou de création. C'est également de les partager, qu'ils deviennent transmissibles et compréhensibles par d'autres. Il s'agit de « contribuer au développement du savoir disciplinaire et au développement de la formation des praticiens en plus de participer à l'élaboration d'une épistémologie du savoir professionnel » (*Ibid.* p. 159).

J'ai, en tant qu'acteur et formateur, été animé par des lignes directrices qui ont guidé mes actions. Celles-ci, conscientes ou non, avaient besoin d'être précisées, formulées

clairement. Mes manières de faire ont été orchestrées par des savoirs et théories implicites, sans vérification autre que celle de la réponse immédiate donnée dans l'application pratique.

Toutes ces questions m'animent en tant que praticien-chercheur mais aussi de praticien-chercheur-*créateur* et cela pour deux raisons ; la première est que j'entrecroise une "œuvre" pédagogique et une production textuelle me rapprochant en cela de la recherche création ; la deuxième est la nécessité de me constituer moi-même comme auteur-créateur de mon outil et donc, de ma recherche.

## **Une recherche en première personne**

Mon choix de produire un récit de création comme mode de recueil de données place cette recherche dans une posture et une méthodologie dites « en première personne ». La posture en première personne indique, en recherche qualitative, plusieurs choses possibles : la première et la plus basique est qu'elle signifie que l'on a recours à sa propre expérience, un deuxième niveau, déjà plus impliquant, est que l'exploration de l'expérience (ici le processus de création du codifié) est abordée « du point de vue de celui qui la vit » (Vermersch, 2000a, 2000b, 2005). Mais ma posture et mon choix méthodologique se situe dans le plus haut niveau de la recherche en première personne, elle est « radicalement en première personne » (Vermersch, 2000b), c'est-à-dire que cette recherche se rapporte exclusivement à ce que le chercheur peut dire de son expérience propre, à son propre témoignage (le récit de création) qu'il prend comme matériau de et pour sa recherche.

Mais décrire sa propre action, son propre vécu, ne va pas de soi et présente plusieurs difficultés, la première d'entre elles tenant au fait que l'action est une connaissance « autonome » : même si je suis expert dans mon art, il y a une part importante de mes actions, que je sais pourtant bien faire, dont je ne suis pas conscient et qu'en conséquence il m'est difficile de mettre en mots. Plusieurs relances, lors de l'écriture, ont été nécessaires pour faire émerger l'implicite contenu dans mes descriptions d'expérience. La deuxième vient du fait que pour rendre possible la verbalisation de la construction de mon outil pédagogique, il faut d'abord que je prenne le temps d'un retour réfléchissant sur mon action, de manière à ce que j'en prenne conscience. La troisième difficulté est qu'écrire un récit de création n'a rien à voir avec le moment de création proprement dit où tout est intuitif, rapide, jaillissant dans une apparente spontanéité.

Développer une recherche en première personne, c'est faire émerger mon propre regard sur mon parcours, que je lui donne une valeur, plus que cela, que je lui donne sens. « Développer ce point de vue », nous dit Vermersch, « a pour but de combler une lacune, de donner une place au point de vue du sujet sur la subjectivité, une approche de la conscience par ce que le sujet peut conscientiser. » (2000a, p. 19). Cependant, même si toutes mes actions ont été menées dans un objectif qui prend sens, pédagogiquement par exemple, elle ne sont pas pour autant pertinentes dans le cadre d'une recherche. « La difficulté première est qu'elles ne sont pas formatées pour être saisies conceptuellement, elles n'ont pas pour objectif premier d'être intelligibles de l'extérieur, mais de tenter de répondre de manière créative et efficace à un besoin, à l'atteinte d'un but. » (*Ibid.*, p. 20). Il a donc été nécessaire, pour que j'adopte la posture de chercheur en première personne, de décrire le plus précisément possible le vécu de mon expérience de création de mon outil pédagogique mais, également, de faire un retour réflexif sur ce dernier : « Pour un chercheur, mener des recherches en première personne, c'est donc devenir lui-même une personne qui sait prendre conscience de sa propre expérience, la décrire, la réfléchir. » (*Ibid.*, p. 28).

Il a fallu, pour arriver à cette écriture, un véritable décollement entre mes données et moi-même les analysant. Je dois donner de la valeur à "l'autre" – celui qui en moi produit mes données – tout en restant moi-même – le chercheur – détaché, neutre. Paillé & Muchielli (2008) insistent sur l'importance à accorder à l'expérience vécue par la personne : « Il ne peut y avoir analyse de phénomènes sans la prise en compte du sujet et surtout de son intention de communication. Ceci signifie qu'il importe non seulement d'écouter l'autre mais aussi de lui accorder du crédit, c'est-à-dire d'accorder de la valeur à son expérience. Il s'agit de reconnaître la souveraineté première de l'acteur » (p. 86). Or, ici, l'acteur, dans tous les sens du terme, c'est moi. Je présenterai plus spécifiquement dans le chapitre "Méthodologie de recueil des données" les stratégies spécifiques de ma pratique du Sensible qui, jointes à la rigueur des processus de recherche en science qualitative et leurs méthodologies, m'ont permis ce décollement.

Il est impératif que l'ensemble des éléments qui constituent ma recherche soient partageables, comme bien évidemment dans toute recherche. Cependant, dans le cadre d'une recherche en première personne, ce passage est plus délicat. En effet, entre l'immédiat de la création, qui n'est pas conceptualisé a priori, et l'émergence de données partageables, se produit une alchimie entre soi et soi demandant de frotter, filtrer, traverser ses propres pensées, ses propres représentations, ses propres comportements. Vermersch (2000a) le précise en signalant que « [...], ce qui a été réflexivement conscientisé n'est exploitable pour

la recherche que pour autant qu'il a été exprimé, voire verbalisé, ce qui introduit une difficulté supplémentaire de production de données utilisables, un filtre en lequel l'expérience ante prédicative non encore verbalisée va être percolée, et une exploitation des données difficile parce que qualitative et difficilement résumable en des indicateurs facilitant les comparaisons et les regroupements. » (p. 19).

Faire une recherche en première personne n'est donc pas en rester au sens premier, ce n'est pas partager ce que je pense, ce que j'ai vécu, ce que j'ai ressenti. Si le chercheur reste à ce niveau, « Il confond ce qui est familier (le contact permanent avec ma subjectivité) et ce qui est connu (qui peut faire l'objet d'un discours élaborant des connaissances formalisés). » (*Ibid.*, p. 35). Je ne cherche pas seulement l'immédiateté au sens de ce qui s'est passé en un instant : même si le moment de création que j'interroge s'est déroulé dans une sensation de rapidité, de jaillissement, il est nécessaire de rendre objectivable cet instant qui a duré une demi-heure et cet effort m'a demandé, dans le cadre spécifique de ce master, quatre ans. Vermersch témoigne de l'enjeu spécifique de cette transformation de l'immédiat en données objectivables : « Nous ne sommes pas dans une épistémologie de l'immédiateté, ce qui est vécu et qui est familier n'est pas pour autant connu. Le connaître suppose une démarche d'objectivation de sa subjectivité qui n'est pas aisée, car elle se heurte à la transparence de l'intimité et de la familiarité. Il faut se confronter à la production de description de son propre vécu pour s'apercevoir à quel point c'est difficile, peu spontané et demande un apprentissage et un exercice. » (*Ibid.*, p. 31).

C'est en regard de cette approche, de son exigence propre, que je me suis doté d'une méthodologie singulière, que je présenterai dans le chapitre correspondant. Cette méthodologie fait partie du paradigme du Sensible, je présente maintenant la posture du chercheur dans le cadre du Sensible.

## **La recherche Sensible**

Être un chercheur du Sensible c'est être, dans le cadre de ce master, un chercheur "sensible" et qui cherche dans le champ du Sensible. Chercheur "sensible" car travaillant depuis plus de vingt ans avec les outils de cette approche, outils autant professionnels qu'existentiels, qui ont développé en moi des capacités de perception non habituelles et que j'intègre dans ma pratique de recherche. Mais cela ne fait pas de moi un chercheur pour autant, car, comme le dit Vermersch : « Un programme de recherche intégrant réellement un

point de vue en première personne ne peut être réalisé que par quelqu'un ayant acquis la compétence de chercheur et celle de pratiquant. » (*Ibid.*, p. 28). Ce n'est qu'après avoir réalisé un D.U de second cycle en psychopédagogie perceptive que mes balbutiements de chercheur sensible ont pu commencer.

Pour le chercheur que je suis devenu, il a été précieux d'avoir développé, grâce à mes pratiques du Sensible, une capacité d'écoute du corps et de ce qui s'y joue, pour capter progressivement les informations qui s'y donnent que je n'aurais jamais pu saisir avec une attention habituelle : « Pour l'expérimenter, le chercheur doit s'imposer une dynamique de reconnaissance de ce qui se joue dans l'enceinte de son corps et à partir de laquelle il accède à un point de vue éclairé qui débouche sur un lieu de silence méditatif permettant d'écouter l'émergence de sens inaudibles à l'écoute traditionnelle. » (Bourhis, 2012, p.148). Cette attitude attentionnelle particulière a été développée spécifiquement dans ma méthodologie de recueil de données.

C'est une démarche impliquée et impliquante, car comprendre ce qui se passe dans sa propre intériorité et en tirer une production de connaissances est toujours révélateur et confrontant. Cette confrontation est particulièrement présente au niveau cognitif dans un dialogue entre savoir existant et renouvellement des représentations qui naît du contact avec l'intériorité corporelle.

En ayant appris à tirer du sens de l'expérience perceptive, organique, j'ai pu transférer cette compétence à la pratique de la recherche, par exemple en observant comment ce sens venait altérer mes représentations et les enrichir, renouvelant ainsi mon analyse de données ou ma compréhension du contexte théorique. Lieutaud (2007) témoigne de ce processus : « La particularité de la recherche scientifique qualitative autour de l'expérience du Sensible est d'intégrer dans le processus compréhensif, l'apprentissage à partir de l'expérience intérieure. Lorsqu'il est entraîné à cela, par son expérience, professionnelle notamment, au contact du Sensible, le chercheur perçoit en cours de ce processus les modifications de sa pensée. Le rapport à l'information théorique est transformé ainsi que le rapport aux savoirs externes. Ces informations s'intègrent progressivement dans une globalité de perception qui donne du relief et de la précision au système compréhensif précédent et l'enrichit. » (p. 144).

La spécificité du chercheur du Sensible est également de partir d'une « expérience extra-quotidienne » (Bois 2005, 2006a, 2007 ; Berger, 2006). Elle est nommée ainsi par contraste avec l'expérience quotidienne qui demande un cadre habituel et une attention naturelle. Elle demande une modification de l'intensité attentionnelle ainsi que l'engagement de la globalité du corps et une suspension des habitus quotidiens : « En effet, ces conditions



non usuelles, en modifiant les cadres habituels de notre rapport au corps (dans le type d'usage que l'on en fait mais aussi et surtout dans l'attitude attentionnelle habituelle), placent le sujet dans une expérience de lui-même qui le sort de l'expérience première. » (Austry & Berger, 2009, p. 6). Lorsque ces conditions sont réunies, elles permettent la naissance d'un vrai dialogue, sans prédominance, entre pensée et perception, entre point d'appui et mouvement, entre le temps d'une vie et le temps d'une création, c'est à un véritable entrelacement que nous assistons. Ainsi, pour Lieutaud (2007), « Il se produit alors une simultanéité d'apprentissage, de recherche et d'intégration. C'est dans cette simultanéité d'expérience et de rapport que se positionne plus particulièrement, de mon point de vue, le paradigme du Sensible. Comme nous allons le voir, toutes les simultanéités sont possibles : neutralité et action, observation et implication, espace et temps, questions et réponses, soin et formation, recherche et connaissance, se confondent et se fondent en une seule et même expérience, une seule quête d'immédiateté, d'où émerge l'unicité de l'expérience totale. Il n'y a ni dualité ni alternance. » (p. 47).

Dans le cadre de ma recherche, cette situation de non prédominance s'est particulièrement manifestée lors du dialogue avec mes savoirs théorico-pratiques. En effet, si ces savoirs prenaient une dominance théorique, ils m'enlevaient une part de l'intensité des vécus de leur mise en pratique. A l'inverse, la prédominance de la pratique sur la dimension théorique venait enlever une assise, une base, permettant à la pratique de se déployer de manière structurée. Il est important, pour que cet entrelacement existe, de ne pas trop vouloir maîtriser ce qui se joue au risque de le figer. A l'opposé, un chercheur trop passif ne creuserait pas suffisamment ce qui se donne pour qu'émerge une créativité surprenante. Bois et Humpich (2007) témoignent de cette dynamique au niveau de l'entretien de recherche, et leur propos peut tout aussi bien s'appliquer à ma situation de production de données en première personne : « Si le praticien-chercheur est trop inductif, le processus dynamique du Sensible s'arrête cédant le pas à une pure directivité, si le praticien-chercheur est trop neutre, les réponses et réactions du participant se maintiennent dans le cadre de ses habitudes, interdisant tout accès à la nouveauté et donc à l'émergence du processus dynamique du sensible. On est donc bien au cœur d'une simultanéité et non dans une alternance de postures. » (p. 49).

Le chercheur du Sensible est donc un chercheur capable de sortir de ses habitudes, perceptives, cognitives, comportementales, mais qui interroge aussi une expérience inhabituelle. C'est à une expérience d'un corps possédant intrinsèquement une connaissance qu'il s'adresse, cette dernière venant chanceler et nourrir sa créativité : « Autant le

chercheur de terrain s'intéresse au "monde commun", autant le chercheur du Sensible, par une suspension de ce sens commun de l'expérience, ouvre la porte à une expérience corporelle renouvelée, créatrice de sens et de connaissances nouvelles. » (Austry & Berger, 2009, p. 6).

## Chapitre 3 - METHODOLOGIE DE PRODUCTION DES DONNEES : LE RECIT DE CREATION

*Chaque personne née dans ce monde représente quelque chose de nouveau, quelque chose qui n'a jamais existé auparavant, quelque chose d'original et d'unique. C'est le devoir de toute personne de savoir [...] qu'il n'y a jamais eu quelqu'un de semblable à elle dans le monde, car s'il y avait eu quelqu'un de semblable, elle n'aurait pas eu besoin de venir au monde.*

Buber<sup>12</sup>.

J'ai déjà présenté la recherche-crédation comme étant une discipline jeune dans le chapitre épistémologique. Dans ce champ, il existe des thèses-crédations pouvant prendre différentes directions de recherche comme des études de pratiques, des études théoriques sur l'art ou encore des recherches-crédations proprement dites.

Cette dernière catégorie de recherche est celle dans laquelle je m'inscris. En effet je cherche à faire émerger le processus de création d'un outil pédagogique spécifique et il me faut pour cela rentrer dans le corps même de ma création. Pour cela je me pose plusieurs questions : comment représenter ce que je sais déjà intuitivement ? Comment saisir l'enchaînement expérientiel et conceptuel qui a permis l'émergence de ma création ? Existe-t-il des relations entre mes vécus théorico-expérientiels et les théories explicites ? Comment s'y prendre pour observer significativement le processus de création ?

C'est cette dernière question qui m'a fait choisir le mode du récit de création qui serait comme un retour en arrière, dans les archives de ma création. Cette manière de faire me

---

<sup>12</sup> Buber, M. (1958), *L'hassidisme et l'homme moderne*. Ed. Horizon Press. p. 139.

permettait, dans un premier temps, de déchiffrer et de retrouver les motivations à l'origine de la création de mon outil pédagogique et, dans un deuxième temps, d'aller de l'avant dans la mesure où cela me permettait d'écrire un récit personnel et donc adapté à ma situation d'artiste et d'individu. Car construire un récit autour de sa création c'est : « [...] tourner son regard vers ce qui existe déjà à même sa pratique, pour construire ce qui est à venir, c'est accepter l'idée même de réfléchir sur soi et sur ce qui nous a construit jusqu'alors, pour imaginer un futur. » (Burns, 2007, p. 260).

Cependant, le récit de création n'existe pas en tant que tel comme méthodologie de production de données. Il n'en existe pas de définition préalable, existante, dans la littérature. Il s'agit, à partir d'une création, de réécrire le processus en jeu et pour cela de se retourner et, s'il le faut sur l'ensemble de sa vie. Ce n'est pas pour autant une création personnelle, cet outil est souvent utilisé en recherche-crédation. Il s'appuie, en plus de la recherche-formation, sur la notion de « *return forward* » de Gablik (1997) citée par Burns (2007) et qui la décrit comme « [...] littéralement un retour en avant pour [que l'individu puisse] être à même de comprendre son propre cheminement et se sortir des impasses du modernisme. » (p. 260). Pour effectuer ce "retour en avant" est né un procédé artistique consistant à réécrire son temps de création en deux temps. Dans un premier mouvement, il permet de le déchiffrer et de l'analyser pour, dans un deuxième mouvement, porter un regard neuf sur sa pratique et sur soi en tant qu'artiste : « Car l'étudiant partirait de sa pratique d'artiste antérieure pour développer une pratique de chercheur et, grâce à cette nouvelle posture de chercheur, il regarderait autrement sa pratique d'artiste. » (*Ibid.*, p. 260).

Le récit de création, dans le cadre spécifique de ma recherche, devrait se nommer pour être complet : « *récit de création du codifié des personnages du Sensible à l'œuvre dans l'expressivité et la créativité des Arts de la scène* ».

Burns (2007) précise, dans le cadre de la recherche doctorale en recherche-crédation, la force du récit comme prise de conscience d'un vécu antérieur, mais aussi comme élément de base pouvant faire émerger une méthodologie ou même une écriture spécifiquement adaptée à la recherche : « La proposition [...] induisait que, si l'étudiant prenait conscience des récits présents dans sa pratique artistique antérieure à la recherche au doctorat, ou à la maîtrise, il pourrait esquisser plus rapidement une méthode, une approche, un paradigme, voire une écriture appropriée à sa recherche en cours. » (p. 256).

# **I. Le récit de création comme outil d'autoréflexivité, d'auto-conscientisation et d'auto-construction**

Le récit de création est un outil qui, s'inscrivant dans le champ de la recherche-formation et de la recherche-création, permet de questionner mon histoire de vie et d'en révéler mes apprentissages, mes savoirs. Comme le dit Josso (1991), le récit permet « d'explorer l'approche biographique comme instrument à la fois de formation et de recherche, de pratiquer la recherche-formation comme support à une pédagogie d'auto-formation et du projet s'appuyant sur l'expérience de vie des apprenants. » (p. 137). Elle précise encore que cette nature de recherche utilisant le récit « [...] se distingue donc radicalement des usages autres en sciences de l'humain en ce sens que la production de connaissances par les participants pour eux-mêmes prime sur la production d'un savoir scientifique » (*Ibid.*, p. 137). Dans ma recherche, ce sont les connaissances produites par les analyses de ma propre pratique qui ont permis, dans un deuxième temps, de produire un savoir scientifique.

Ce récit de création m'a demandé de revenir à ce qui m'a fondé, à ce qui m'est propre, à la fois dans l'ensemble de ma biographie et dans le processus de création lui-même. En effet, « cette voie autoréflexive [...] se construit à travers les fondements mêmes de ce que l'on est en tant qu'individu et artiste et s'établit donc fermement en soi sans risque de disparaître. Et cela n'est possible que si l'artiste-chercheur accepte de revenir sur ce qui l'a construit » (Burns, 2007, p. 259). Il m'a fallu faire cet effort rétrospectif pour mieux le réinvestir dans le présent de ma recherche et dans une prospective en devenir.

Au départ, les éléments qui ont construit mon objet de recherche étaient tellement entrelacés que je n'arrivais pas à les distinguer les uns des autres. Le récit de création a été la voie de passage vers un dénouement de l'expérience permettant de laisser entrevoir les savoirs théoriques, les savoir-faire et les savoir-être qui y étaient contenus. Il y a eu presque une réécriture du moment de création, une reconstruction qui me permet de répondre positivement à la question de Burns : « L'artiste qui choisit d'être là ne serait-il pas en train de revenir sur ce qu'il est ou ce qu'il était pour écrire un nouveau récit de la création ? » (*Ibid.*, p. 263).

L'écriture du récit de création m'a permis de réaliser progressivement que je n'avais pas été seul dans mon questionnement, et de l'inscrire dans une réflexion plus large. J'ai vécu

concrètement le processus que décrit Burns : « Par le récit, l'artiste peut se construire, car il trouve les moyens de construire sa pratique en la définissant et en l'arrimant à une histoire plus large que la sienne et en la liant à d'autres histoires d'artistes » (*op. cit.*, p. 259). Le récit m'a permis de mettre en lumière les apports des différents chercheurs du monde théâtral et du paradigme du Sensible, avec qui j'avais travaillé tout au long de mon parcours de vie et qui étaient, de ce fait, indirectement présents au moment de ma création pédagogique. J'ai ainsi pu inscrire ma recherche dans un questionnement que je n'étais pas seul à porter, réalisant que ces chercheurs avaient développé d'autres stratégies différentes ou complémentaires cohérentes avec ma question de recherche, ce qui en augmentait encore la pertinence.

Mais ce que fait également apparaître le récit de création, ce sont mes propres stratégies jusque-là inconscientes. Pour le chercheur, nous dit Burns, le récit « [...] construit aussi sa pratique dans la mesure où ce récit qu'il énonce lui permet d'articuler ses intentions à ses formes non plus de manière inconsciente mais consciente » (*op. cit.*, p. 259). Cette méthodologie m'offre aussi la possibilité de m'identifier comme auteur de la création même de mon outil pédagogique, qui est également mon objet de recherche. En effet, « l'histoire émerge de la capacité de l'auteur-biographe à se reconnaître comme porteur de quêtes et, par là, responsable du sens de sa vie » nous dit Josso (2000, p. 258). Ainsi, précise-t-elle encore, « cette connaissance de soi pourra inaugurer l'émergence d'un soi plus conscient et perspicace pour orienter le devenir de sa réalisation et réexaminer, chemin faisant, les présupposés de ses options » (2011, p. 66).

## **II. Méthode de recueil d'inspiration** **phénoménologique**

### **A. L'introspection sensorielle : créer un contexte favorisant l'émergence**

La posture en première personne qui a présidé à la production des données pour cette recherche se devait de ne pas entrer d'emblée dans la démarche interprétative, qui intervient plus tard, au cours de l'analyse. Il s'agissait pour moi, avant tout, de produire des données qui documentaient mon objet de ma recherche, qui me permettaient de décrire et de comprendre l'expérience vécue lors du moment de création. Pour cela, il fallait, au stade de l'écriture du récit, s'en tenir à décrire les étapes de mon parcours de vie et de création pédagogique, en

restant au plus près des évènements qui avaient eu lieu, tels qu'ils avaient eu lieu, sans jugement.

L'expérience de création dont je cherchais à décrire les conditions, les étapes et la genèse, relevait d'un contexte intérieur très spécifique, au sens où elle s'est jouée au contact du Sensible. Pour décrire cette expérience avec le plus de fidélité possible, et que mon recueil de données soit le plus cohérent possible avec une épistémologie conforme au paradigme du Sensible, j'ai utilisé, pour m'aider dans mon écriture, un outil spécifique à l'approche du Sensible : l'« introspection sensorielle » (Bois, 2006b ; Berger, 2006, 2007 ; Bourhis, 2007, 2009). L'introspection sensorielle est une méthode de mobilisation des capacités attentionnelles et réflexives du sujet permettant de garder une proximité à ce qui se présente<sup>13</sup>. Elle consiste à se mettre en relation avec sa propre intériorité sensible dans une attitude d'écoute et d'observation intérieures profondes et d'acuité intellectuelle, qui va favoriser ce que l'on dit ou écrit par la suite.

Par ses effets, l'introspection sensorielle constitue une aide pour le chercheur, pour répondre au mieux à l'exigence de la description comme plus généralement de l'ensemble des étapes de la recherche, activité où la notion d'écoute est primordiale : « Ecouter n'est jamais facile. Cela exige un certain silence intérieur et une disponibilité à ce qui est, à ce qui se présente à soi. » (Paillé & Muchielli, 2008, p. 85). Je vais maintenant décrire la manière dont je l'ai utilisée dans le cadre spécifique de ma recherche.

J'ai pratiqué une introspection sensorielle avant chaque session d'écriture. Avant chacun de ces temps d'introspection, je relisais où j'en étais arrivé dans mon récit de façon à choisir à quelle période de mon parcours je souhaitais "dédier" mon introspection ; en effet, il est possible (et c'est ce que j'ai fait systématiquement) de se donner une "visée"<sup>14</sup> dans l'introspection sensorielle, c'est-à-dire de se demander au cours de l'introspection de laisser revenir une expérience ou une situation particulière, avec laquelle le contact intérieur se construira dans des conditions très privilégiées de proximité à l'expérience en question. Ce processus s'est déroulé pour chaque session d'écriture en quatre séquences introspectives, qui ensemble ont constitué une sorte de « protocole introspectif » que je me suis construis et qui a facilité ma mise en relation avec les expériences successives à décrire.

---

<sup>13</sup> Du point de vue technique, l'introspection sensorielle consiste à se maintenir dans une posture d'immobilité confortable, généralement assise, pendant vingt minutes.

<sup>14</sup> La notion de visée est ici à rapprocher du concept phénoménologique de « visée à vide », développé par Vermersch (2006) dans la démarche de l'explicitation qu'il a mise au point, et mis en pratique dans le cadre d'une recherche dans le paradigme du Sensible par Berger (2009, p. 245 et suivantes).

La première séquence était une mise en lien avec moi-même, pour favoriser une meilleure perception de moi et de mes souvenirs.

La seconde séquence consistait à suspendre toutes réflexions, c'est-à-dire à pratiquer une "épochè", acte fondateur de la méthode phénoménologique : « C'est un acte de suspension du jugement fondé sur des connaissances acquises. » (*Ibid.*, p. 30). C'est la qualité de cette suspension qui m'a permis d'accueillir la part de mon histoire qui apparaissait, sans jamais chercher à l'expliquer ou la justifier, mais simplement en en livrant le contenu et le sens. En effet, il est capital, disent Paillé et Muchielli, de « chercher le sens et non pas l'explication, car l'explication cache le sens. » (*Ibid.*, p. 30).

La troisième séquence consistait à solliciter, convoquer, la partie de l'expérience de création et/ou de ma vie requise par l'évolution de mon récit. Comment ai-je pu à la fois suspendre toutes pensées et convoquer une période de ma vie sans faire appel à une recherche intérieure de type réflexif volontaire, qui aurait pu faire obstacle à la "pureté descriptive" ? C'est justement là que l'introspection sensorielle m'a aidé, car elle comprend un acte de « point d'appui de l'esprit » (Berger, Vermersch, 2006 ; Berger, 2009, p. 211 ; Austry, Berger, 2009), qui permet de laisser venir l'expérience sollicitée en puisant dans une attitude corporelle facilitant l'acte attentionnel requis, à savoir une association subtile entre aller chercher et laisser venir, ouverte à l'émergence d'informations.

Enfin, la quatrième séquence consistait à accueillir ces informations émergentes venant éclairer, raconter ou encore décrire le processus de création lui-même, ou les autres aspects de mon parcours de vie en lien avec ce dernier.

Pendant tout ce processus, il fallait en plus maintenir un lien de réciprocité avec les aspects ou les périodes de l'expérience qui apparaissaient, depuis leur émergence à ma conscience au cours de l'introspection sensorielle, jusque dans l'écriture elle-même. La posture de réciprocité actuante m'a aidé dans ce sens. C'est à cette facette de mon activité de recherche que je consacre la section suivante.

## **B. La réciprocité actuante : une posture transversale**

Une fois le contexte attentionnel créé grâce à l'outil d'introspection sensorielle, une autre difficulté s'est manifestée : comment entrer dans une relation d'apprentissage avec l'émergence qui se donnait ? En effet, au-delà de l'accueil des informations émergentes, il



fallait aller plus loin, entrer en résonance avec elles, afin qu'elles ne restent pas une simple donnée passive, mais qu'elles m'apprennent quelque chose sur mon processus de création, qu'elles m'offrent un rebond sur d'autres aspects encore cachés, par exemple sur les différentes rencontres qui avaient nourri mon parcours, ou sur les outils qui avaient participé à la création du codifié des personnages du Sensible. Autrement dit, mon récit de création ne devait pas être un simple "travail de mémoire" récitant chronologiquement tous les événements de ma vie. Il devait être une traduction thématifiée, orientée, organisée autour de mon objectif premier. D'ailleurs, tout récit, pas seulement de création, construit à sa façon la réalité : « Notre mémoire est une fiction. Cela ne veut pas dire qu'elle est fausse, mais que, sans qu'on lui demande rien, elle passe son temps à ordonner, à associer, à articuler, à sélectionner, à exclure, à oublier, c'est-à-dire à construire, c'est-à-dire à fabuler. » (Huston, 2008, p. 25). Mon récit était donc orienté vers mon acte de création, mais pour être le plus complet possible, et surtout le plus riche possible en tant que documentation de mon objet de recherche, je ne voulais pas m'en tenir à l'émergence première des informations dans le récit ; il fallait de plus que le *rapport* que j'entretenais avec elles viennent le dynamiser, le compléter, l'enrichir en permanence d'émergences secondes, successives, comme en cascade.

C'est la posture de « réciprocité actuante » (Bois, 2007 ; Lefloch, 2008 ; Bourhis, 2009) qui m'a permis cette évolutivité du récit. La réciprocité actuante est une modalité de présence à soi et à autrui qui s'installe entre deux personnes quand elles situent leur relation d'échange sur la base partagée au Sensible. La réciprocité actuante peut être source d'apprentissage, d'émergence d'informations nouvelles, de changement de point de vue, de modification de représentations, de manière générale entre soi et l'autre et, plus spécifiquement en ce qui me concerne ici, entre moi et les émergences de moi-même : « Il y a réciprocité lorsque cette relation apprend quelque chose ou déclenche quelque chose chez autrui et chez soi. Apprendre est donc un premier degré de réciprocité, mais on peut apprendre sans modifier quoi que ce soit. » (Bois, 2013, littérature grise).

Cette posture de réciprocité a été transversale à tout mon parcours de recherche. Elle était présente dans l'introspection sensorielle comme signalé plus haut, mais aussi dans le temps d'écriture. En effet, c'est autant en écrivant mon récit de création que dans l'analyse qu'est apparue progressivement la cohérence de mon parcours professionnel et que j'en ai appris des choses nouvelles. En retour, cela m'a procuré une solidité plus grande et une estime de moi renforcée. Ma sensation, avant l'écriture de mon récit de création, était que le temps de création du codifié avait été très court et que la structure s'était donnée sans effort.

Je peux dire aujourd'hui que c'est plutôt un "training" de vingt quatre ans qui a permis la construction de mon outil pédagogique.

### **C. L'écriture du récit : ma recomposition**

Le temps d'écriture s'est déroulé tous les matins durant trois grandes périodes de trois semaines (07/03/2011 au 26/03/2011, 11/07/2011 au 31/07/2011, 14/11/2011 au 03/12/2011). Chaque session d'écriture démarrait systématiquement par un temps d'introspection avec une visée sur la période concernée par mon récit. Elle se poursuivait par trois bonnes heures où je restais en face de mon ordinateur, ces trois heures n'étant pas toujours productives. Mais il était important pour moi de me maintenir dans une posture tendue vers mon projet. Certains matins j'écrivais seulement dix lignes, et d'autres mon écriture était fluide. Ce qui m'a touché dans cette procession de mots se déroulant lentement sur ma page blanche, c'est qu'ils composaient progressivement un dessin dans lequel j'apparaissais. Les différents morceaux jusqu'ici épars de mon parcours de création se recomposaient en un tout cohérent mais, simultanément, c'est à une recomposition plus intime que j'assistais, un dessin porteur de sens, un dessein, révélant un projet autant personnel que professionnel. C'est en ce sens que ce récit de création m'a "recomposé".

Entre chaque période d'écriture, la version en cours fut relue par ma directrice et par ma co-directrice de recherche, chacune d'elles soulignant à sa manière les implicites de mon récit et me donnant des indications et des consignes pour aller plus loin<sup>15</sup>. Au fur et à mesure de la progression, ces consignes et l'approfondissement qu'elles permettaient m'ont amené à organiser, à structurer le récit, qui n'est donc pas resté longtemps sous la forme d'un texte purement linéaire et continu ; j'y ai distingué progressivement des périodes, des séquences, que j'ai indiquées par des sous-titres structurant le récit. Est ainsi apparue, grâce aux corrections mais également à une première analyse en temps réel de l'écriture, l'émergence de chapitres, permettant de séquencer temporellement la progression des différents moments importants dans ma vie nourrissant le processus de création pédagogique objet de ma recherche. Ce chapitrage a permis aussi de nommer, à mes yeux, les moments importants dans la constitution de ce codifié mais aussi dans ma propre construction : le récit commence ainsi par une genèse, pour offrir quelques moments fondateurs de mon parcours ; il se poursuit par la découverte du monde théâtral avec la rencontre du travail du corps de Grotowski ; puis par

---

<sup>15</sup> J'ai ensuite retravaillé mon récit par trois fois (09/05/2011 au 15/05/2011, 12/09/2011 au 18/09/2011, 12/12/2011 au 18/12/2011). Il a été accepté comme terminé le 28/02/2012.

la rencontre avec la pratique du codifié dans le monde du théâtre et l'importance que j'en ai tirée ; puis intervient la rencontre avec le travail de création de personnage, suivie d'une période d'errance et de quête qui a défini encore plus profondément mes choix et qui m'a amené, en sixième lieu, à la rencontre avec le professeur Danis Bois et le paradigme du Sensible. C'est là qu'apparaît la genèse de l'expressivité du Sensible, qui se poursuit par la découverte de la théorie des profils de personnalité en psychologie avec le professeur Franz Baro. Le récit se termine enfin par la description du moment de création lui-même.

La version finale du récit de création se trouve en annexe 1 ; il comprend 41 pages numérotées ligne à ligne. Dans mes différentes analyses, les extraits du verbatim sont toujours présentés entre guillemets, en italique, et sa place dans le récit est indiquée par les numéros de lignes correspondantes, notées en fin d'extrait entre parenthèses.



## Chapitre 4 - METHODOLOGIE D'ANALYSE DU RECIT DE CREATION

*Je chante pour m'appartenir.*

Pessoa<sup>16</sup>

Quand j'ai eu fini l'écriture de mon récit de création du codifié des personnages du Sensible (28/02/2012), il s'est passé un bon mois avant que je replonge dans le corps même du texte. Ce périple d'écriture m'avait laissé épuisé, comme après une création. Cette suspension est liée uniquement à mon rapport avec mon projet de master car, par ailleurs, pendant ces cinq semaines, les formations, spectacles et autres activités n'ont pas arrêté. Cette suspension, stratégie que je connais et utilise dans la création lorsqu'il y a blocage ou fin d'une séquence intense de créativité, me permet à la fois de prendre de la distance et "d'oublier" ce que j'ai écrit.

Lors de la relecture, j'ai pu ainsi redécouvrir mon texte. Ce temps de relecture a pris environ trois semaines avec en alternance des lectures à voix haute et d'autres silencieuses. C'était comme si je me préparais à un rôle, mais c'était aussi un moyen de m'accaparer mon propre récit, non qu'il me soit étranger, mais de rentrer dans les données de la manière la plus vivante qui soit. C'était ma manière de me les approprier, de m'en imprégner pour observer ce qui allait en émerger.

Lors de ces lectures sont alors apparues deux grandes pistes d'analyse : une analyse temporelle du processus de création et une analyse théorique du parcours expérientiel de vie et de création.

---

<sup>16</sup> Pessoa, F. (1986). *Il est nécessaire de naviguer, vivre n'est pas nécessaire*. Ed. Royaumont. p. 22.

## **A. L'analyse temporelle du processus de création**

Ce premier axe d'analyse est né de ma prise de conscience, arrivé à la fin de la production de mon matériau de recherche, de la participation, au sein des étapes du processus de création pédagogique, de l'ensemble de mes savoirs et compréhensions acquis tout au long de ma vie. En d'autres termes, j'ai vu apparaître un entrelacement entre la micro-temporalité du moment de création et la macro-temporalité de mon existence. Cet entrelacement n'est pas linéaire : notamment, il ne s'agit pas d'une "reproduction" chronologique des savoirs accumulés au fil de mon existence, qui se seraient transposés en quelque sorte dans un "modèle réduit" micro-temporel. Ce que j'observe est plutôt une redistribution de ces savoirs qui nourrit le moment de création, sous une forme réactualisée et créative. La première analyse que j'ai menée a donc consisté à cerner l'imbrication des différents moments de ma vie dans l'instant de création lui-même, dans le champ du Sensible. Elle rend visible le double mouvement des apports théoriques et expérientiels qui m'ont formé et des connaissances que ces derniers ont générées, s'imbriquant les uns dans les autres lors de la création de mon outil pédagogique.

J'ai organisé cette analyse temporelle en trois temps que je présenterai dans cet ordre :

- 1. La macro-temporalité de mon existence et les savoirs que j'y ai accumulés. J'ai nommé cette section : « Les savoirs intemporels » car les savoirs en question sont présents avant, pendant et après la création.
- 2. La micro-temporalité du moment de création, c'est-à-dire les micro-étapes qui le composent, correspondant aux choix effectués pour l'élaboration progressive de mon outil pédagogique.
- 3. L'articulation micro-temporelle et macro-temporelle, qui cherche à décrire l'entrelacement des savoirs accumulés au cours de mon existence dans les étapes micro-temporelles. J'ai nommé dans cette séquence « Le temps de création » comme représentatif de ce qui était micro-temporel et « Toujours présent » comme représentatif de ce qui était macro-temporel.

### ***1. La macro-temporalité de mon existence***

Dans ce premier temps d'analyse, j'ai repéré mes connaissances initiales avant l'acte de création. L'ensemble de ces savoirs sont nommés « Les savoirs intemporels ». La recherche des savoirs intemporels s'est faite de la manière suivante : j'ai d'abord repéré, dans

mon récit de création, tous les moments vécus qui ont nourri la création pédagogique ultérieure, me permettant du coup de prendre conscience qu'avant même de commencer la création du codifié des personnages du Sensible j'étais rempli d'un certain nombre de savoirs qui y ont participé. J'ai ensuite vérifié comment ces savoirs sont intervenus dans ma création. Pour cela, je les ai à chaque fois mis en regard avec l'instant de création proprement dit pour qu'ils puissent dialoguer... Ce qu'ils ont certainement fait lors de la création mais qui était passé sur le moment complètement hors de portée de ma conscience. Cette alchimie est analysée dans le troisième temps, celui de l'articulation entre micro et macro-temporalité.

## ***2. La micro-temporalité du moment de création***

Pour mener ce deuxième temps d'analyse, j'ai isolé du verbatim le chapitre 9, décrivant le court moment de création du codifié des personnages du Sensible, pour l'observer spécifiquement et étudier de quoi ce moment était fait, comment il était construit. En étudiant ainsi cette micro-temporalité, j'ai distingué des étapes dessinant progressivement l'émergence du codifié ; ces étapes sont des paliers dans le processus, correspondant le plus souvent à des choix successifs, ou à des orientations de mes actes, pensées et décisions – en termes d'intention pédagogique, de forme donnée à la pratique, d'organisation des savoirs ou des expériences, ou de mise en action – qui, bien qu'ils échappent à ma conscience au moment où ils sont pris, organisent néanmoins la création au fur et à mesure du temps.

Au terme de cette phase d'analyse de la micro-temporalité du moment de création du codifié, j'ai ainsi obtenu une représentation beaucoup plus détaillée et précise du processus créatif, qui constitue un premier résultat important de cette étude, en ce qu'il répond de manière précise à la question qui anime cette recherche : quel est le processus à l'œuvre lors de la création du codifié des personnages du Sensible ?

Ce temps de création n'est pas séparé des savoirs intemporels. Il fait partie d'une continuité entre les savoirs acquis ou intemporels, la création elle-même et l'ouverture que propose le codifié des personnages.

## ***3. Les articulations micro/macro***

Ce troisième temps d'analyse souhaite faire émerger les articulations qui ont eu lieu dans le temps de création entre les savoirs intemporels et la création proprement dite. Ce temps de création a été très rapide, réellement cela c'est passé en une demi-heure. Il y a eu

dans ce moment une accélération aussi bien dans ma pensée que dans ma mise en action, dans l'observation perceptive et dans mon corps, pour créer mon outil pédagogique. A l'intérieur de ce temps de création, pareil à une pastille effervescente dans l'eau, les deux éléments sont au commencement bien distincts, tandis qu'à la fin du processus, nous avons une boisson qui n'est ni la pastille ni l'eau pure, entre les deux cela bouillonne. Dans cette métaphore, la pastille représente les acquis, l'eau correspond au contexte présent et la boisson finale est l'outil pédagogique. J'ai "digéré" l'ensemble de ces savoirs pour me les approprier et les refonder en un outil pédagogique nouveau. Par exemple, le codifié des personnages du Sensible - le résultat de l'acte de création - n'est pas celui d'Eugénio Barba, ni celui de Danis Bois qui font partie des savoirs intemporels. Cet outil n'est pas non plus la simple addition des deux codifiés mais bien une refondation, intégrant les principes qui les animent, nourri du reste de mon parcours, en une forme nouvelle porteuse d'objectifs spécifiques. Il est important de comprendre cela avant de lire l'enchaînement séquencé de l'analyse.

C'est en commençant à investiguer dans cet axe analytique, qu'a émergé ma deuxième orientation d'analyse. En effet, je prenais conscience de l'importance, dans mon récit et dans cette première analyse, des différents champs théoriques présents et de leur interaction lors de la construction de mon outil pédagogique.

## **B. Analyse et discussion théorique du parcours expérimentiel de vie et de création**

Le deuxième axe d'analyse est un approfondissement de l'observation du croisement de plusieurs champs théoriques ayant nourri mon acte de création tout au long de mon parcours. Je me pose ici la question suivante : quelles ont été la nature et les modalités de leurs interactions ? Il s'agira de mettre en avant les éléments, apprentissages et savoirs construits, qui constituent l'élaboration progressive de l'outil codifié des " Personnages du Sensible". Ces éléments peuvent être issus de différents champs : théâtral, scénique, expressif, somato-psychopédagogique, psychologique, corporel, etc.

Pour commencer cette analyse, j'ai repéré dans mon récit de création les parties qui abordaient un champ théorique spécifique ou un chercheur particulier. J'ai ainsi vu apparaître trois grands champs qui ont nourri mon parcours : le champ théâtral, le champ du Sensible et celui de la psychologie de la personnalité. C'est dans cet ordre que j'ai déroulé mon analyse pour pouvoir en dégager des points clefs.



A l'intérieur de chacun de ces champs, j'ai donné un titre à un ensemble d'énoncés du verbatim qui véhiculait une spécificité, faisant apparaître ainsi des thèmes clés de mon parcours de formation d'acteur, de formateur et de créateur. Ensuite, j'ai rassemblé tous ces thèmes et les ai ordonnés et regroupés en grandes catégories ayant chacune une unité de sens dans mon parcours (les thèmes apparaissant alors comme des déclinaisons ou des aspects différents de ces catégories). J'ai enfin repris l'ensemble de cette catégorisation et j'ai interrogé et discuté chacun de ces éléments avec l'ensemble des chercheurs ayant nourri le point de vue du corps dans trois orientations : le champ théâtral et la construction du personnage, le champ de la psychomotricité et le lien corps/psychisme, le champ du Sensible et la pédagogie perceptive et l'expressivité.



**DEUXIEME PARTIE**  
**ANALYSE TEMPORELLE DU PROCESSUS**  
**DE CREATION**



## Introduction

*L'homme qui a le plus vécu n'est pas celui qui a compté le plus d'années,  
mais celui qui a le plus senti la vie.*

Rousseau<sup>17</sup>

Je rappelle que cette analyse est née de la prise de conscience, à la fin de mon récit de création, de la nécessité de faire apparaître le mouvement entre d'une part, l'ensemble des savoirs et connaissances acquises tout au long de mon parcours de vie et d'autre part, sa redistribution dans l'instant de création.

Je présente cette analyse sous trois chapitres : les savoirs intemporels correspondent aux savoirs acquis, présents avant l'acte de création, pendant et après celui-ci ; le temps de création présente les différentes étapes de l'émergence du codifié des personnages du Sensible ; l'articulation micro et macro-temporelle présente la simultanéité de la rencontre entre le temps de création et le toujours présent.

Le lecteur pourra avoir l'impression, en lisant cette analyse, d'une mécanique où le passé s'emboîte comme une série de rouages dentelés, se mettant en route dans le présent de la création pour donner la solution à venir. Ce n'est pas aussi simple que cela car la lecture donne une sensation de linéarité qui n'est pas à l'œuvre dans le moment de création lui-même. Le moment de création n'est pas un temps linéaire mais un "temps dilaté", comme s'il gonflait pour permettre à un ensemble de savoirs, autant théoriques qu'expérientiels, de se donner et de s'articuler. La sensation du temps de création peut être perçue comme une bulle

---

<sup>17</sup> Rousseau, J-J, (1969), *Emile ou de l'éducation. Œuvre complète IV*. Ed. La Pléiade. p. 253.

intemporelle qui serait l'entrelacement du passé (un héritage), du présent (un objectif, un désir) et d'un avenir (une ouverture vers...).

# Chapitre 1 - Les savoirs intemporels : avant, pendant, après

Le titre de cette première phase est emprunté à la pensée de Merleau-Ponty qui, dans *Phénoménologie de la perception*, décrit par ce terme ce qui est hors du temps : « ce qu'on appelle l'intemporel dans la pensée, c'est ce qui, pour avoir ainsi repris le passé et engagé l'avenir, est présomptivement de tous les temps et n'est donc nullement transcendant au temps. L'intemporel, c'est l'acquis. » (1945, p. 449-450). Pour incorporer le passé au présent et qu'il ouvre vers un possible nouveau, il a fallu que l'ensemble des connaissances passées, qu'elles soient expérientielles, théoriques ou autres, passe d'un statut de savoir accumulé à celui d'intelligence, c'est-à-dire que je fasse miennes ces connaissances.

Cette première phase correspond à ce qui m'était acquis avant de commencer la création de mon outil pédagogique. Le premier élément qui m'est apparu à la lecture de mon récit est en effet la quantité de notions théoriques connues, d'outils pratiques expérimentés mais aussi d'expériences personnelles acquises. Sans l'écriture de mon récit de création, certaines ne seraient pas apparues de manière aussi nette tandis que d'autres seraient restées dans ma nuit. Ce récit a permis de me représenter ce que je savais déjà intuitivement. « Élaborer son récit de vie », nous dit Marie-Christine Josso, « [...] constitue une pratique de mise en scène du sujet qui s'autorise à penser sa vie dans sa globalité temporelle, dans ses lignes de force, dans les acquis ou les marques du passé pour en dégager les matériaux d'une

compréhension de ce qu'a été sa formation. » (Josso, 2011, p. 66) Il s'agit ici de l'effet d'autoconscientisation que provoque l'élaboration d'un récit.

J'ai créé pour cette première phase décrivant l'état initial de mes connaissances, c'est-à-dire celles acquises avant le moment de création du codifié des personnages du Sensible, des catégories visant à rassembler des familles de savoirs.

La première famille est celle des savoirs *expérientiels*, ils sont liés à ma pratique d'acteur et aux effets de cette pratique professionnelle sur mon corps et sur ma personnalité ainsi que sur la compréhension de leurs liens.

La deuxième famille est celle des savoirs *théorico-pratiques* : je les nomme ainsi car ces savoirs ne sont pas seulement conceptuels ; ils sont également différents des savoirs expérientiels, qui ne sont qu'expérience pure, alors que les savoirs théorico-pratiques sont modélisés.

La troisième est celle des savoirs « *bisociatifs* », c'est-à-dire nés « d'une fusion permanente de deux matrices intellectuelles précédemment jugées incompatibles. » (Koestler, 2011, p.83) Ces plans s'entrecroisent et provoquent la rencontre créative, par exemple entre le champ théâtral et le champ du Sensible pour ce qui concerne le rapport au corps.

La quatrième et dernière famille est celle du savoir *théorique* rencontré au cours de mon itinéraire. J'ai pu constater qu'il n'y en avait qu'un seul purement théorique.

## **A. Les savoirs expérientiels**

### ***1. Le corps est une source d'un savoir organique***

Avec ma première expérience théâtrale, je rencontre une forme de langage qui n'est pas de la parole, qui n'est pas d'ordre cognitif, qui n'est pas une pensée qui anticipe, qui décide ou qui organise mon geste à venir : « *Tandis qu'au travers de cette expérience du corps expressif, je trouvais un nouveau moyen de communication plus sincère, plus vrai, plus entier. Mon corps avait sa parole et celle-ci me racontait, c'est comme si je pouvais percevoir des informations nouvelles dans mon corps s'exprimant par le biais du mouvement.* » (75-79). C'est une expression "organique" dans le sens où l'entend Grotowski : « L'organicité renvoie à quelque chose comme la potentialité d'un courant d'impulsions, un courant quasi biologique qui vient de l'"intérieur" et qui va vers l'accomplissement d'une action précise. » (Richards, 1995, p. 153).



## ***2. Le relâchement est une voie d'accès à une autre qualité de rapport à soi***

Lors de mon premier stage au centre de formation artistique de Neufchâteau en Belgique, je perçois le corps comme source de connaissance mais j'observe également les interactions entre la pensée et le corps, notamment lorsque le mode de rapport à moi-même change. Ce changement de rapport qualitatif est dû à une action précise : je me relâche. C'est parce que je me relâche, que je ne force pas mon expression, que mes muscles se détendent, que je passe d'une posture volontaire à celle de me "laisser-agir". Cette nouvelle posture provoque une meilleure perception ainsi qu'une disponibilité nouvelle à moi-même. Ainsi lors de ma première rencontre avec l'approche Grotowskienne : *« J'ai couru, sauté, gesticulé dans toutes les orientations possibles jusqu'à épuisement, et là, dans un lâcher prise, lorsque ma pensée capitulait, lorsque ma volition abdiquait, j'accédais à une part de moi nouvelle, non décidée, organique, c'est-à-dire en amont de la pensée et pourtant extrêmement lucide. »* (102-105). C'est un relâchement physique qui amène une autre façon de me percevoir. Mais le relâchement peut venir également d'un changement de posture ou d'attitude.

Dans le travail avec Hottier, c'est le désenchantement qui est, pour moi, à l'origine d'un relâchement : *« Je peux constater, sur ces quatre expériences, des invariants. D'abord, sur les deux premières, un contexte similaire : j'étais à chaque fois désespéré, j'avais eu des remarques pour le moins désobligeantes de Philippe Hottier et pensais réellement que je n'y arriverais pas. Mais c'est moins l'état psychologique dans lequel j'étais qui est important, que les effets que celui-ci provoquait. Il m'avait mis dans une autre posture, un autre rapport à moi-même. En effet, j'arrêtais de vouloir faire, de vouloir montrer, de prouver quelque chose. Cela eut une conséquence physique importante : j'étais relâché, détendu, mes mouvements n'étaient pas exagérés ni forcés. »* (374-380).

J'ai pu constater, dans ces deux exemples de relâchement, des effets différents mais complémentaires. Pour l'un, Grotowski, les effets sont un gain perceptif, pour l'autre, Hottier, le gain correspond plus à un changement d'attitude psychologique dans le rapport à moi-même.

## ***3. L'intention développe un rapport perceptif***

En 1984, je rencontre le travail de Barba et son codifié. J'ai pu expérimenter, grâce à ce dernier, trois préparations différentes dont une plus intentionnelle. La spécificité du travail

intentionnel est qu'il reste dans la subjectivité de la personne, il n'a pas obligation de se matérialiser dans une action mais il provoque des modifications internes (toniques, psychologiques, physiques). Je peux observer que l'intention permet le mouvement d'une pensée allant vers le corps. *« Enfin, la " préparation psychologique " : ajouter à ce travail de codifié une intentionnalité venait offrir la possibilité d'y associer une pensée porteuse de dimension psychologique comme, par exemple : " Je me méfie de cette personne " ou " Je désire aller plus loin " ou encore " Je m'ouvre à différents possibles ". La forme du codifié se modifiait alors de l'intérieur, elle se nuancait en amplitude, en intensité ou en de légères variations d'orientation. » (149-154).*

Un autre moment fort de rapport entre intention et perception s'est déroulé à Bogota lors d'une tournée de quatre mois en Amérique du Sud et Centrale. Nous jouions dans un amphithéâtre de l'université principale de Bogota devant un public de deux milles étudiants. C'est alors que, sur mon chemin, se trouva un étudiant de taille imposante qui me barrait le passage : déboulant sur lui, je dus m'arrêter. Il ne servait à rien de vouloir continuer mon chemin, il fallait "être décidé" à poursuivre : *« Je sentis à ce moment-là que crier ne servirait à rien, pas plus que le bousculer, et pourtant je devais arriver sur le plateau en contrebas. Je sentis en moi une détermination puissante se matérialisant par un ancrage dans mes jambes, comme si un piston vers le bas m'enfonçait dans le sol de la salle. J'ai posé ma main sur son sternum et nous avons bougé lentement tous les deux, lui reculant pour me laisser le passage, moi m'engageant.» (362-366).* Barba (2004) décrit ce genre d'expression de la manière suivante : *« C'est une expression grammaticalement paradoxale, où une forme passive prend une signification active et où l'indication d'une disponibilité énergétique à agir se présente comme voilée par une forme de passivité. [...] On dit en effet "être décidé", sans pour autant vouloir signifier que quelque chose ou quelqu'un nous décide, que nous subissons une décision ou que nous sommes l'objet de cette décision. Mais on n'entend pas non plus signifier que c'est nous qui décidons, que c'est nous qui menons l'action de décider. » (p. 61).*

Dans ces deux exemples, l'intention est vécue comme un lien entre pensée et corps permettant une mise en action de soi incarnée dans son corps mais aussi dans un projet.

#### ***4. L'authenticité est transformatrice pour l'acteur comme pour le spectateur***

Grâce à ce travail intentionnel, au relâchement tonique et au rapport organique à mon corps, une authenticité particulière se donne. Cette dernière est suffisamment intense pour provoquer une transformation de ma manière d'être et, par conséquent, une transformation du spectateur. Pour Grotowski : « L'accomplissement de l'acteur constitue une transcendance des demi-mesures de notre vie quotidienne, [...] il devient une espèce de provocation pour le spectateur. » (1971, p. 99). Ainsi, lors d'une interprétation de profil de personnalité - la personnalité soumise, le professeur Baro n'a pas distingué le jeu de la réalité : « *Il a cru que je me sentais réellement incapable de travailler ce profil, que je me dévalorisais réellement et il a essayé de me convaincre du contraire jusqu'au moment où il s'est rendu compte que je jouais. Il y avait, à ce moment-là, un emboîtement total entre un état de mon corps (plutôt hypotonique), une pensée – " je ne vais pas y arriver " – une posture corporelle (plutôt en convergence, repliée un peu sur moi-même) et un contexte (le fait de passer devant les autres), le tout me permettant d'être dans une authenticité qui me transformait.* » (870-874).

### ***5. La contrainte d'un codifié expressif est source de renouvellement***

J'ai fait l'expérience du codifié expressif de Barba avant de créer le codifié des personnages du Sensible, et j'en ai observé les conséquences physiques. Cette gestuelle chorégraphiée a pour effet, de par sa contrainte formelle, d'enrichir l'expression et de la renouveler. « *Lors de ce stage court, j'ai eu le temps de sentir que la précision, la contrainte même de la forme chorégraphiée m'a permis de sortir d'habitudes gestuelles acquises aux cours de ces trois premières années de travail. En effet, cette chorégraphie proposait des combinaisons, des coordinations et des associations de mouvements nouveaux m'obligeant à explorer des orientations ou des amplitudes qui ne m'étaient pas familières. De plus, cette structure gestuelle était rassurante.* » (125-130).

Etant donné sa contrainte formelle, le codifié oblige à expérimenter des mouvements, orientations, amplitudes non usitées, enrichissant l'expression.

### ***6. Le mouvement interne est un partenaire fondamental pour l'expression***

L'expérience fondatrice de la rencontre avec le mouvement interne a été décrite entre les lignes 545 et 603. Plus que cette rencontre, ce sont les conséquences de cette expérience sur ma pratique expressive qui a nourri mon projet de création. La perception du mouvement interne offre, en effet, une qualité d'authenticité dans le geste expressif, elle nourrit le geste majeur (visible) et permet une disponibilité à son propre vécu. Jusque-là, « *Quand je bougeais, c'était mon mouvement, j'avais décidé de le faire et je mobilisais l'énergie nécessaire pour qu'il se réalise. Ici, je rencontrais un mouvement qui se manifestait " sans moi " ; la seule chose qui m'appartenait était de construire les conditions d'attention nécessaires à l'émergence de ce dernier. C'était un changement radical dans ma manière de me percevoir mais également dans la manière de percevoir mon processus professionnel. En effet, dans le jeu théâtral, ce mouvement interne est devenu progressivement un partenaire, un référent qui venait nourrir mon mouvement majeur c'est-à-dire visible. Ainsi, dans les moments de création ou d'improvisation, lorsque j'étais en relation avec ce mouvement interne, je retrouvais les conditions de jeu particulières que j'ai décrites dans ma rencontre avec Hottier et le Théâtre de Banlieue, c'est-à-dire le relâchement, une disponibilité intérieure à mon propre vécu, un accès à des pensées émergentes, la sensation d'avoir le temps.* » (607-618).

La relation au mouvement interne pour un travail expressif est fondamentale car elle enrichit la manière de se percevoir de par le relâchement qu'elle provoque. Mais, de plus, elle entraîne un changement d'attitude favorisant le laisser-agir plutôt que le vouloir-agir.

## **B. Les savoirs théorico-pratiques**

Comme décrit dans l'introduction de cette analyse, ces savoirs théorico-pratiques ne sont pas des savoirs théoriques purs et ils se différencient également des savoirs expérientiels par le fait qu'il y a à la fois expérience et connaissance. Ainsi, au moment de créer le codifié des personnages du Sensible, je connais les notions et principes théoriques des outils pratiques que je vais utiliser.

Les savoirs théorico-pratiques sont de trois ordres : théâtraux, Sensible et "bisociatifs"

### **1. Les savoirs théâtraux**

a. *L'archétype est un "schéma" préexistant au jeu de l'acteur*

C'est dans l'expérience théâtrale qu'est née pour moi la notion d'archétype et principalement dans la rencontre avec le masque. Patrick Pezin (2003), dans son *Voyage en Commedia dell'Arte*, nous signale que « chaque caractère, pour être perçu comiquement, a besoin d'être généralisé et "automatisé" jusqu'à devenir un type, mais en même temps chaque type pour vivre sur la scène a besoin d'être représenté avec des caractéristiques à lui, d'être le plus possible un homme et non un mécanisme scénique, une formule, un schéma. » (p. 238). Il y a un entrelacement, une articulation entre cette forme vide qu'est le masque et l'acteur que je suis. Le jeu masqué m'a permis de faire l'expérience d'un archétype : rentrer dans une forme préexistante (le masque) et le vivre dans l'instant présent (le jeu). « *La voie de passage fut trouvée grâce aux formes clownesques et celles masquées de la Commedia dell'Arte qui, en étant moins contraignantes qu'un texte d'un personnage, permettaient de rencontrer néanmoins des archétypes de comportement comme peuvent l'être Arlequin, Polichinelle, Pantalon, Matamore, Capitan, etc.* » (250-252).

L'archétype, dans le jeu théâtral permet d'entrelacer "structure" préexistante et liberté de l'improvisation et de l'interprétation.

#### b. *Le clown est un archétype amplificateur de la personnalité*

C'est en alliant l'expérience et la connaissance théorique que j'ai de la forme clownesque qu'est venue l'observation des effets de cette dernière sur l'amplification des profils de personnalité. Bonange (1998), qui réfléchit depuis plus de trente ans sur la forme clownesque, nous la présente de cette manière : « Le clown correspond avant tout à un archétype. C'est un personnage mythique toujours vivant. [...] Pour nous, il s'agit d'amener l'acteur du côté de l'enfance, de la naïveté, de la fragilité, d'une certaine folie... Mais aussi du côté de l'énergie et de l'amplification. » (p. 84). « *Mais c'est surtout la forme clownesque qui nous a aidés à trouver une voie de passage corporelle et sensible. En grossissant le trait des différents profils de personnalité, j'ai pu observer quelles étaient les dynamiques corporelles à l'œuvre dans chacun d'entre eux. La forme clownesque permet d'exagérer les gestes mais aussi toutes les dynamiques internes sans pour autant rentrer dans une caricature c'est-à-dire un jugement sur ce que l'on interprète. Elle permet un jeu plus ample et plus intense tout en gardant une authenticité.* » (996-1001).

Ces deux rencontres, du masque et du clown, m'ont permis d'expérimenter et de voir apparaître la notion d'archétype. Cette rencontre a nourri mon approche de la construction du

codifié des personnages du Sensible en me mettant en lien avec une dimension universelle de l'humain.

## **2. Les savoirs du champ du Sensible**

Au fil de ma longue formation au paradigme du Sensible, j'ai pris connaissance d'un certain nombre d'outils pratiques et des notions théoriques les accompagnants qui m'ont aidé dans la création ultérieure de mon outil pédagogique. Tout d'abord, les mouvements de base : *« Ces mouvements de base sont des mouvements linéaires entraînant toutes les parties du corps dans une même orientation, à la même vitesse et à la même amplitude (Bourhis, 2005) Ils sont nés de l'observation du mouvement interne comme vecteur de la vitalité de la personne venant s'organiser dans un corps relâché en mouvement. Ces mouvements de base font partie de l'organisation physiologique du geste. » (702-706).*

Il y eut également la notion d'angles mort : *« L'autre élément qui a permis d'enrichir l'approche gestuelle est la notion d'« angle mort » (Berger, 2004), c'est-à-dire l'ensemble des zones absentes à la conscience de la personne lors de la réalisation d'un mouvement. Bois a recensé douze angles morts du mouvement qui recouvrent toutes les caractéristiques physiques, mais aussi qualitatives, de la gestuelle. » (720-724).*

Enfin, un troisième domaine pratique et théorique est le codifié gestuel : *« L'autre outil important apporté par Bois dans les années 90 a été le mouvement codifié. Celui-ci est un enchaînement chorégraphié né de la rencontre avec le mouvement interne, presque dessiné par lui. Cette structure chorégraphiée avait pour objectif de permettre aux stagiaires, outre un travail régulier, de rencontrer tous les angles morts de leur mouvement. » (734-738).*

Ces trois éléments ont permis d'élaborer une pédagogie perceptive en lien avec le vécu interne de la personne.

## **3. Les savoirs « bisociatifs »**

J'ai rencontré, tout au long de mon parcours de vie, une série de savoirs « bisociatifs » qui ont nourri mon processus de création. Ces derniers sont le fruit d'un entrecroisement entre différents plans pouvant paraître séparés ou non reliés et produisant pourtant, quand ils se rencontrent dans ces conditions, un savoir spécifique.

a. *L'entrecroisement entre ma personnalité et le personnage : le personnage est une dimension de soi*

Le premier savoir émerge de l'entrecroisement entre ma personnalité et le personnage. Il s'agit d'un changement de représentation suite à une expérience d'interprétation de personnage : la nouvelle représentation laisse entrevoir que le personnage se met à exister à partir du moment où il s'articule avec ma personne. Je comprends alors que la création de personnage, doit interagir avec ma propre personnalité pour qu'un personnage se mette à exister physiquement, affectivement et psychologiquement. *« Il était nécessaire d'aller vers le texte mais sans s'oublier. C'est en rencontrant cette difficulté que je commençais à comprendre que le personnage n'est pas quelqu'un d'étranger se trouvant dans un ailleurs improbable mais bien une dimension intérieure, personnelle, qui nécessitait d'être mise en lumière. » (240-244).*

La création de mon codifié a nécessité de trouver des stratégies qui créent du lien entre le personnage et la personnalité de l'interprète.

b. *L'entrecroisement entre ma personnalité et l'interprétation des profils de personnalité : adaptabilité et enrichissement de soi*

Le deuxième savoir est de l'ordre des effets sur moi-même de l'interprétation de l'ensemble des huit profils de personnalité comme personnages. Cette interprétation offre une connaissance nouvelle sur l'enrichissement que peut être l'apport du personnage pour le sujet comme par exemple : une adaptabilité nouvelle, une transformation et un enrichissement de la personnalité, une corporalité venant nourrir une connaissance de soi. *« Cette expérience, qui fut fondatrice pour ce projet de Master, m'a tout d'abord permis d'observer que je pouvais passer d'un profil à l'autre, que cela dénotait une capacité d'adaptation et que cette capacité était importante pour moi mais aussi pour les autres. En effet, j'ai pu rencontrer, dans ma vie, des moments où je me suis senti enfermé dans un comportement sans porte de sortie, situation que je retrouvais également chez certains de mes stagiaires alors qu'ici, il me semblait rencontrer une voie de passage pour plus d'adaptabilité. Ensuite, j'ai vu que cette rencontre avec les profils offrait une possibilité de transformation. De façon identique à ma rencontre avec les masques de Commedia dell'Arte, m'offrant au travers de leur pluralité une palette d'expériences comportementales différentes, l'ensemble des profils de personnalité permettait*

*d'accéder à des façons de penser, de bouger, d'appréhender l'autre et le monde de manière variée. Un troisième et dernier point est l'entrelacement entre le corps et la pensée que j'ai pu constater lors de cette expérience, l'un agissant sur l'autre et vice-versa. » (875-889).*

Le constat de la richesse des effets offerts par l'entrelacement de ma personnalité avec les différents profils de personnalité me donnent la pertinence du projet de construction de mon outil pédagogique.

*c. L'entrecroisement entre le champ de la personnalité et le champ du Sensible : une organisation interne du comportement*

Le troisième savoir naît de l'entrecroisement entre le corps sensible, son " intelligence propre", et la personnalité. « *Il était indéniable que, comme l'observait Bois : "Cette relation au corps agissait sur l'identité de la personne." (Bois, 2009a, p.56).* » (795-797). Cette interrelation ma permis de révéler progressivement une organisation interne du corps pouvant aboutir à une grille de lecture comportementale, ceci avec l'aide des mouvements de base : « *Je pouvais constater un effet similaire sur les postures et les mouvements de base qu'interprétaient les stagiaires en expressivité dans les formations de la Compagnie du Passeur. Si dix stagiaires interprétaient la posture vers l'avant, ils avaient chacun un vécu singulier mais il en ressortait une famille de résonance commune comme par exemple : l'engagement, la détermination, l'affirmation de soi.* » (1095-1100).

La relation au corps, structurée autour des mouvements de base, permettait l'émergence d'un comportement interprétable en termes de traits de personnalité.

#### **4. Le savoir théorique**

Grâce à la rencontre avec le Pr. Baro qui m'a présenté et expliqué la classification des troubles de personnalité, je connais, avant la création du codifié des personnages du Sensible, la théorie du champ des dispositions dans l'abord de la personnalité appartenant à Allport et développée par Millon. « *Ne connaissant pas du tout cette approche psychologique, clinique dans le regard sur les symptômes, et abordant généralement plus le personnage par des consignes métaphoriques, poétiques ou d'intention, je me fis expliquer son point de vue particulier. La classification des traits et troubles de la personnalité utilisée par le professeur Baro s'inscrit dans le champ de la psychologie de la personnalité, et plus spécifiquement dans les théories des dispositions. Celles-ci postulent que les individus possèdent des*



*prédispositions (traits) à répondre d'une certaine manière dans des situations diverses et que chaque personne est unique en fonction de ses traits de personnalité. Ces théories s'appuient sur les travaux d'Allport (1961) et de Millon (2010). Il y a huit profils de personnalité – agressif, narcissique, hystérique, soumis, obsessionnel, négativiste, asocial et évitant – classés suivant deux critères : la source et le mode de renforcement. La source d'affirmation de soi est le lieu où l'on apprend à répéter ou non un certain comportement, où l'on apprend à répéter un comportement souhaité et à éviter ceux mal adaptés. Le mode de renforcement est la manière dont la personne tente d'obtenir cette affirmation de soi (pour la description de ces profils voir les annexes 3 et 4). » (837-852).*

C'est le seul savoir théorique pur que j'ai reçu au cours de mon parcours de création. J'ai tout de suite mis en pratique cette théorie par l'interprétation des profils de personnalité au cours de Baro qui a suivi. Par ailleurs, le fait de savoir qu'il existe des types de personnalité composés d'un ensemble de traits, que ceux-ci signifient une prédisposition à se comporter d'une certaine façon, me confortait dans le point de vue d'une architecture interne. Cette architecture pouvait être soit psychologique, comme dans le cadre de ce cours, ou plus organique, comme dans l'approche théâtrale, ou encore plus Sensible par l'apport d'une architecture perceptive.



## Chapitre 2 - Le temps de création

Je présente ci-dessous la représentation obtenue au terme de l'analyse de mon verbatim. Pour y parvenir, j'ai découpé le dernier chapitre de mon récit, correspondant à la micro-temporalité de mon temps de création, en six séquences. J'ai réalisé ce découpage en observant les moments clefs tels qu'ils étaient décrits dans l'acte de création.

Les titres de ces moments explicitent le type de choix ou d'orientation engagé à cet instant ; les chiffres entre parenthèses renvoient aux lignes du verbatim correspondant aux extraits du récit de création concernés.

Ces moments clefs sont les suivants : le premier concerne le choix du codifié comme structure pédagogique facilitant la rencontre avec la richesse des personnages, le second est le choix de l'enchaînement de mouvement permettant de rythmer cette chorégraphie, le troisième est l'organisation de la chorégraphie, le quatrième correspond au choix d'augmenter les capacités perceptives des stagiaires par le relâchement, le cinquième répond au choix d'augmenter par la globalité leur implication dans le geste et la chorégraphie et le dernier et sixième moment clef concerne le lien avec les différents profils de personnalité.

### ***1. De la nécessité de trouver une structure pédagogique : le codifié (1132-1151).***

Ce matin du stage à l'île de la Réunion, je me trouve devant la nécessité de trouver un outil pédagogique adéquat pour faire progresser les stagiaires. En effet, je souhaite qu'ils intègrent les cours théoriques sur les profils de personnalité dans une dynamique expressive et pratique. Le codifié est une structure que je connais, il est rassurant. La contrainte de la forme du codifié permet de sortir d'habitudes gestuelles. C'est un outil permettant une préparation globale qui inclut une préparation physique, une préparation émotionnelle et une préparation psychologique. De plus, c'est un outil pratique permettant d'intégrer des concepts théoriques. Enfin, il offre des thématiques expressives et perceptives pour les improvisations

### ***2. De la nécessité de choisir un outil pertinent : la séquence du codifié (1147-1151).***

Le codifié utilisé dans le champ du Sensible est un outil pédagogique appartenant à la gymnastique sensorielle. Il est composé de nombreuses séquences. Il me fallait choisir la plus pertinente pour mon projet pédagogique. La séquence du « biorythme sensoriel »<sup>18</sup> me semblait la plus indiquée car composée d'une alternance de mouvements de convergence et de divergence. Dans cette séquence du codifié, les mouvements de base, combinés aux circularités, construisent des schèmes de mouvement venant offrir une cohérence et une globalité dans le jeu des stagiaires. Cette alternance provoquait également des modifications toniques altérant les émotions (hyper et hypotonique).

### ***3. De la nécessité de synthétiser mes observations en tant qu'acteur et en tant que pédagogue (1153-1161).***

Il a fallu progressivement faire le lien entre mes observations d'acteur réalisées lors de l'interprétation des profils de personnalité et ma position de pédagogue lors des stages en expressivité. J'avais repéré des similitudes entre les repères des stagiaires et les miens dans l'interprétation des profils de personnalité. Par exemple, l'effet d'une même orientation de mouvement (mouvement de base) était de faire émerger une même famille d'intentions, un

---

<sup>18</sup> Le biorythme est une rythmicité fondamentale que l'on distingue au sein du mouvement interne, il permet une adaptation posturale au cours du déroulement du geste et est l'horloge interne servant de starter à toute impulsion cinétique.

archétype. Lors de l'interprétation d'un profil, j'observais un emboîtement de présence offrant des repères pour le jeu. Je souhaitais donc construire et intégrer, dans mon outil pédagogique, cette dimension de la présence. Elle fait l'objet des deux étapes suivantes.

#### ***4. De l'importance du relâchement tonique comme voie d'accès à la perception et de la manière d'y parvenir (1166-1170).***

Un premier élément important à mettre en place était que les stagiaires en expressivité se relâchent lors de la pratique du codifié, car le fait de diminuer l'intensité tonique a pour effet une interprétation plus intériorisée. Lorsque la pensée du stagiaire se relâche, lorsque sa volonté se détend, il lui est alors possible d'accéder à une part de lui nouvelle, organique, en amont de la pensée et pourtant lucide. Cette suspension de la volonté entraîne une qualité de présence et permet de développer de la créativité. De plus, le relâchement tonique du corps peut amener le stagiaire à rencontrer le mouvement interne qui devient alors source de son expression. Le mouvement interne offre des conditions de jeu particulières : relâchement, disponibilité intérieure, accès à des pensées émergentes.

#### ***5. De l'importance de l'implication de la personne dans son geste et de la manière d'y parvenir (1178-1180).***

Ce matin du stage, lors de la création de mon outil pédagogique, il me semble important de mobiliser le plus possible les stagiaires. L'efficacité de ma proposition dépendra de l'implication des stagiaires dans le codifié, à tous les niveaux auxquels il permet de se préparer : physiquement, émotionnellement et psychologiquement. Pour cela, le travail d'attention perceptive peut mobiliser le stagiaire à être plus présent à lui-même. En effet, une attention accaparante posée dans le corps permet à la créativité de se donner. Etre dans une intensité attentionnelle provoque une dilatation du temps et de la présence à soi. J'utilise également une altération de l'équilibre quotidien pour provoquer un effort attentionnel plus grand.

#### ***6. De l'utilisation des profils de personnalité comme résonance structurante dans la création de l'outil pédagogique (1219-1224).***

J'observai, vers la fin de la création du codifié des personnages du Sensible, une apparition de familles de personnages entrant en résonance avec les profils de personnalité et ce, grâce aux mouvements de base. Je constate également l'apparition de la notion de posture archétypale de par l'interaction avec les mouvements de base et l'élaboration de plus en plus précise de postures corporelles.

La structure interne de ces six étapes de la création du codifié des personnages du Sensible, ainsi que les savoirs dont elles s'inspirent, est approfondie dans le chapitre suivant.

## **Chapitre 3 - L'articulation entre micro et macro-temporalité**

Nous accédons maintenant à la troisième partie du découpage temporel qui va concerner l'articulation présente dans le temps de création. Je présenterai chacune des séquences de la manière suivante : je donnerai d'abord une définition et présenterai son contenu avec un extrait qui l'illustre sous le titre "Le présent de création". Ensuite, je présenterai l'articulation de cette séquence avec la macro-temporalité, c'est-à-dire la manière dont les savoirs accumulés tout au long de ma vie viennent se manifester dans "Le présent de création". Cette articulation sera également illustrée par des extraits de mon récit de création sous le titre "Le toujours présent". J'ai sélectionné les extraits les plus pertinents au regard de chaque séquence concernée.

A chaque étape, la macro-temporalité biographique s'insère donc dans la micro-temporalité de la création. Pour clarifier cet entrelacement entre deux temporalités différentes et signifier leur simultanéité, je les ai classées alphabétiquement par a) le présent de création et b) le toujours présent. Les différentes séquences de l'acte de création sont, par contre, classées par numéro, reflétant ainsi leur progression dans le temps.

## **A. Première étape de création. Le choix du codifié comme structure pédagogique facilitante**

### ***1. L'enjeu pédagogique du moment de création***

#### *a. Le présent de création*

Au moment de commencer le processus de création de ce qui allait devenir le codifié des personnages du Sensible, je portais déjà en moi un projet : « *Je me suis mis à chercher un outil facilitant l'enrichissement expressif et comportemental des stagiaires. Cet outil devrait permettre aux stagiaires de faire l'expérience d'une orientation et d'une posture spécifique qui véhicule une même famille de sens et cela sans passer par les troubles de la personnalité décrits dans la classification de Baro.* » (1122-1126).

Cette recherche de solution pratique définit mon objectif pédagogique du moment.

#### *b. Le toujours présent*

Au matin du stage où va se produire la création du codifié des personnages du Sensible, je porte simultanément en moi les questions suivantes : comment permettre aux stagiaires de faire l'expérience du Sensible comme source de renforcement dans l'affirmation de la personne ? « *Le corps sensible me semblait donc être une troisième voie, entre la dépendance aux autres et l'indépendance (orientée uniquement vers soi), des troubles de personnalité dans la classification de Baro. [...] Il a donc fallu construire des étapes pour éviter que les étudiants en somato-psychopédagogie ne tombent dans une analyse psychologique simpliste pour ne pas dire réductrice et pour qu'ensuite, ils puissent accéder à la personnalité par le biais de la perception, qu'ils puissent comprendre que « la source où l'on puise l'affirmation de soi » peut être de nature Sensible.* » (936-948).

La deuxième question est : comment préciser l'approche de la personnalité dans le champ du sensible ? « *Il était impératif de faire évoluer ce " spectacle pédagogique " dans une direction de clarté : définir ce qui appartenait au champ de la psychologie de la personnalité et au champ du Sensible ; définir la spécificité de l'approche de la personnalité dans le champ du Sensible.* » (906-909).



## 2. *Le choix du codifié*

### a. *Le présent de création*

Le matin du stage, le choix de la forme codifiée comme outil pédagogique s'est faite "toute seule" : « *Cet outil s'est construit autour d'une séquence du mouvement codifié créée par Bois.* » (1132).

Cette illusion d'une création évidente est démentie dans le paragraphe suivant.

### b. *Le toujours présent*

C'est rempli de l'expérience de deux codifiés, l'un théâtral et l'autre éducatif, que j'ai abordé la création du codifié des personnages du Sensible. J'ai, en effet, rencontré dans mon parcours de vie deux personnes ayant développé cet outil pédagogique : Barba dans le champ théâtral et Bois dans le champ du Sensible. C'est grâce à ces deux rencontres que l'importance de cet outil, à la fois aidant et rassurant, s'est imposé à moi. Pour plus de clarté, j'ai scindé cette étape en deux parties.

#### *b(1) Eugenio Barba : la rencontre avec une préparation globale*

Dans mon processus de création il était indispensable de sortir les stagiaires de formes ou postures habituelles qu'ils prenaient et, ce, sans les déstabiliser. Pour cela, la trace laissée en moi par la découverte du codifié de Barba en 1984 a étayé ce projet : « *La contrainte même de la forme chorégraphiée m'a permis de sortir d'habitudes gestuelles acquises aux cours de ces trois premières années de travail. De plus, cette structure gestuelle était rassurante.* » (125-130). Il était important également que l'outil pédagogique utilisé serve de préparation globale de la personne, que ce ne soit pas uniquement une gymnastique, une préparation mentale ou émotionnelle mais bien les trois entrelacés : « *Ce codifié m'amenait rapidement à me préparer globalement c'est-à-dire physiquement, émotionnellement et psychologiquement.* » (132-133). Le dernier point que j'avais pu constater est qu'un codifié permet à la personne de faire l'expérience physique d'une modélisation théorique : « *Un codifié, en plus d'être un outil me permettant de sortir d'habitus expressif et de m'offrir un cadre rassurant d'expérimentation, pouvait être aussi la synthèse pratique d'une analyse théorique.* » (174-176).

Ces différents éléments, que je connaissais et que j'avais perçus, ont pesé dans le choix de la forme codifiée comme outil pédagogique.

### *b(2) Danis Bois : la rencontre avec une éducativité perceptive*

L'apport du codifié gestuel de Bois m'a permis de rencontrer un outil pédagogique orienté vers une éducation perceptive du corps, « *A la différence du codifié de Barba qui a été pour moi également rassurant, celui-ci offrait une saturation de l'attention de par son exigence perceptive ; il s'inscrivait véritablement dans une éducation perceptive et non dans une volonté expressive.* » (755-757). Il permettait également d'enrichir la gestuelle grâce à la prise de conscience, par les élèves, des "angles morts" de leur gestuelle - cette appellation désigne à la fois des caractéristiques physiques et qualitatives du mouvement que la personne ne perçoit pas. « *Cette structure chorégraphiée avait pour objectif de permettre aux stagiaires, outre un travail régulier, de rencontrer tous les angles morts de leur mouvement.* » (736-738).

Le codifié pouvait ensuite être déployé dans une expression. « *Pour les improvisations, nous pouvions donc partir d'une séquence existante du mouvement codifié travaillant un imperçu et, progressivement, permettre aux stagiaires de rentrer dans un mouvement libre expressif en intégrant les informations perceptives nouvelles qu'ils avaient rencontrées.* » (768-771).

C'est pour toutes ces raisons qu'il me semblait justifié de l'utiliser avec cette priorité en regard de mon projet.

## **B. Deuxième étape de création. Le choix de la séquence du codifié : vers un rythme fondamental**

### *a. Le présent de création*

A cet instant de la création, c'est-à-dire à peine trois minutes après le début de ma mise en action, je sais que structurer mon projet dans une forme codifiée est pertinent. Mais dans l'ensemble des codifiés que je connais, lequel choisir et quelle séquence ? Le choix pour une alternance de mouvements convergent/divergent ne s'est pas effectué de manière analytique, déductive, en réfléchissant le pour et le contre. Il s'est donné, comme un condensé, un précipité, car ce n'est pas ma mémoire qui a fonctionné à ce moment-là, mais bien une

intelligence refondant l'ensemble de mes savoirs en une forme chorégraphiée. La citation qui suit, extraite de mon récit, est, à mes yeux, presque trop élaborée pour refléter ce qui se passe dans l'instant de décision du choix de la séquence : « *Le biorythme sensoriel*<sup>19</sup> (Bourhis, 2005) [...] se construisant autour d'une alternance de mouvements de convergence et de divergence, me semblait tout indiqué pour organiser ce qui, en moi, était présent de manière éparse. Pourquoi cette partie-là spécifiquement ? J'avais pu observer qu'en général, lorsque les stagiaires interprétaient des "personnages", les postures que leurs corps prenaient tournaient autour de schèmes associatifs de mouvement, principalement ceux de convergence et de divergence<sup>20</sup>. Parmi ceux-ci, ceux de postériorité<sup>21</sup> et d'antériorité<sup>22</sup> revenaient le plus souvent. S'ils jouaient, par exemple, un personnage ayant des caractéristiques de curiosité, de spontanéité, chaleureux, ils avaient tendance à adopter un schème d'antériorité, c'est-à-dire divergent. En revanche, s'ils travaillaient un personnage ayant des caractéristiques plus craintives, plus intériorisé, passif, c'est vers le schème de postériorité qu'ils se dirigeaient, celui-ci étant convergent. Je portais ces moments de travail en moi, de par mon expérience d'interprétation mais également de par les moments d'échange avec les élèves. » (1133-1145).

L'extrait du verbatim fait trop référence à ce que je connaissais déjà. Mon choix de l'oscillation posturo-cinétique avant-arrière était ce qu'il y avait de plus simple à expérimenter et à transmettre.

### b. *Le toujours présent*

L'apport de mes savoirs antérieurs pour le choix de cette séquence du codifié provient de deux sources différentes. La première est l'observation, dans le cadre des stages en expressivité de la Compagnie du Passeur, des stagiaires lors du travail spécifique de la construction du personnage, la deuxième source est l'observation spécifique de

---

<sup>19</sup> Le biorythme est une rythmicité fondamentale que l'on distingue au sein du mouvement interne, il permet une adaptation posturale au cours du déroulement du geste et est l'horloge interne servant de starter à toute impulsion cinétique.

<sup>20</sup> Les schèmes associatifs de mouvement sont des ensembles cohérents de mouvement s'organisant dans un respect de la physiologie du corps, ce dernier étant relâché. « On donne comme appellation à un schème le nom du mouvement linéaire qui correspond à l'orientation intentionnelle du schème et qui lui sert de starter. Parmi les schèmes associatifs, on distingue des schèmes de convergence, qui concentrent les mouvements vers le corps, et des schèmes de divergence, qui tendent à mettre le corps en ouverture » (Bourhis, 2005. p.34)

<sup>21</sup> *Schèmes de postériorité* : postériorité, verticalité basse, circularité antérieure du tronc, rotation interne des membres supérieurs et inférieurs, pronation des avant-bras, expiration.

<sup>22</sup> *Schèmes d'antériorité* : antériorité, verticalité haute, circularité postérieure du tronc, rotation externe des membres supérieurs et inférieurs, supination des avant-bras, inspiration.

l'interprétation des profils de personnalité. La première est plus générale que l'autre et est également antérieure à la connaissance des profils de personnalité.

### *b(1) Première source : le travail de construction du personnage*

Deux extraits de mon récit sont symptomatiques de l'entrecroisement entre des disciplines différentes. Le premier date de la rencontre avec Barba et son approche du training de l'acteur ainsi que de la rencontre avec son codifié. Il est expérientiel et me donne l'information de modifications toniques interagissant avec les émotions : « *Ensuite, la "préparation émotionnelle" : le fait de varier les impulsions dans le corps, qu'elles soient délicates et pouvant s'étirer dans le temps ou, à d'autres moments, plus puissantes tout en étant brusques et rapides, provoquaient des résonances nourrissant mon monde émotionnel en amont d'une réflexivité, d'une affectivité. Je veux dire par là que modifier les intensités des impulsions et leurs durées modifiaient le tonus de mon corps. Par conséquent, les modifications toniques altéraient les émotions (quand nous sommes hypotoniques, nous sommes plutôt déprimés alors que lorsque nous sommes hypertoniques, nous sommes plutôt dynamiques voir agressifs).* » (142-149).

Le deuxième extrait nous parle des mouvements de base comme vecteur d'organisation du jeu des stagiaires lors des stages d'expressivité du Sensible, après ma rencontre avec Bois. « *Ces mouvements de base nous ont permis, à Sylvie Bitterlin et moi-même, de mieux organiser le travail de préparation. En effet, les mouvements de base, au nombre de six (avant-arrière, haut-bas, gauche-droite) permettaient de mieux cerner les orientations imperçues des stagiaires et, combinés aux circularités, construisaient des schèmes de mouvement venant leur offrir une cohérence et une globalité dans leur jeu.* » (715-719).

Ces deux extraits n'ont apparemment aucun lien entre eux pour expliquer le choix de la séquence du codifié et pourtant nous verrons dans la deuxième source, celle abordant le travail d'interprétation des profils de personnalité, que ces deux premiers extraits vont prendre tout leur sens.

### *b(2) Deuxième source : le travail d'interprétation des profils de personnalité*

J'ai pu observer, lors de ma première interprétation des profils de personnalité dans le cadre des formations en somato-psychopédagogie, que le travail tonique cité plus haut (142-

149) venait nourrir mon jeu et que ce travail s'emboîtait dans une forme corporelle. Je connaissais les mouvements de base qui m'ont donné l'orientation de cette interprétation. *« Avec le profil de personnalité " soumis ", [...] il y avait, à ce moment-là, un emboîtement total entre un état de mon corps (plutôt hypotonique), une pensée – " je ne vais pas y arriver " – une posture corporelle (plutôt en convergence, repliée un peu sur moi-même) et un contexte (le fait de passer devant les autres), le tout me permettant d'être dans une authenticité qui me transformait. » (867-874).*

Par ailleurs, la forme clownesque, que je connaissais avant d'avoir rencontré les profils de personnalité, est venue rendre visible les orientations spécifiques de chaque profil : *« Mais c'est surtout la forme clownesque qui nous a aidés à trouver une voie de passage corporelle et sensible. En grossissant le trait des différents profils de personnalité, j'ai pu observer quelles étaient les dynamiques corporelles à l'œuvre dans chacun d'entre eux. La forme clownesque permet d'exagérer les gestes mais aussi toutes les dynamiques internes sans pour autant rentrer dans une caricature c'est-à-dire un jugement sur ce que l'on interprète. » (996-1000).*

Le travail tonique et les mouvements de base, cités dans le paragraphe b. 1.), ont été amplifiés par l'interprétation et par la forme clownesque et par ce fait rendus perceptibles, donc utilisables. C'est par cette double observation, de moi-même et des stagiaires, que le choix d'une forme s'est petit à petit précisé au moment de la création du codifié des personnages du Sensible.

### **C. Troisième étape de création. Repérer les « principes-qui-reviennent » : organiser la chorégraphie**

Les « principes-qui-reviennent » (2004, p. 35) sont l'appellation de Barba pour décrire les procédés similaires que l'on retrouve de manière sous-jacente dans des formes théâtrales différentes. C'est à partir de ces principes qu'il a créé les lois de l'Anthropologie Théâtrale.

#### *a. Le présent de création*

Cinq ou six minutes après le début de la création du codifié de personnages du Sensible, j'ai organisé le mouvement à partir de ce qui sous-tendait son organisation, comme les mouvements de base. *« Je me suis mis en mouvement sur cette base chorégraphiée et ai*

*observé quelles attitudes des bras étaient les plus pertinentes. Pertinentes par rapport à quoi ? J'avais en mémoire plusieurs choses ; comme je l'ai déjà signalé plus haut, j'ai retenu ce que j'ai pu observer du travail des stagiaires, qui serait plus de l'ordre d'une mémoire plus visuelle, mais aussi de ce que j'ai vécu, de l'ordre d'une mémoire plus corporelle. En effet, à partir des postures que je prenais lors de mon interprétation de la classification de Baro et, par la suite, lors de la construction de personnage, soit sur une base clownesque, soit sur une base plus intentionnelle, ou à partir de l'observation des stagiaires en expressivité travaillant sur ces mêmes propositions de jeu, je pouvais constater des invariants dans les propositions des bras suivant une même posture du corps. » (1152-1161).*

Ce sont les invariants perceptifs qui ont organisé et structuré ma chorégraphie.

#### *b. Le toujours présent*

C'est grâce au développement de l'expressivité dans le cadre des formations professionnelles de la Compagnie du Passeur que j'ai pu, bien des années plus tôt, vérifier et comparer mon vécu de l'interprétation des profils avec celui des stagiaires. Cette comparaison a permis de dégager des invariants dans le jeu émotionnel comme la tonicité, « *Je commençais à observer chez les stagiaires des similitudes entre les repères qu'ils trouvaient – perceptions corporelles, rythmes d'un déplacement, nature de pensée, richesse ou non des amplitudes et orientations gestuelles – et ceux que j'avais acquis après mes trois années d'interprétation lors du spectacle pédagogique autour des différents profils. Ceux-ci peuvent se résumer à trois éléments essentiels dans la composition du personnage ; une posture, une tonicité, une intention. » (1001-1007).*

D'autres invariants appartiennent plus à la constitution du mouvement lui-même comme les mouvements de base : « *Pour les amener à cette nouvelle étape, j'ai utilisé la stratégie suivante ; après avoir réalisé un échauffement, c'est-à-dire créé le lien avec le mouvement interne, je les invitais à s'engager dans un mouvement de base en observant la nature des perceptions qui s'y donnaient, la nature des émotions ou sentiments qu'ils y rencontraient et les intentions et pensées diverses qu'ils saisissaient. Lorsqu'ils partaient tous en mouvement de base avant, comme dans l'exemple cité plus haut, il y avait une couleur particulière, comme une famille d'intentions, un archétype que l'on pouvait retrouver, propre à chaque orientation et à chaque posture. » (1076-1083).*

Cette structuration, ces repères internes étaient suffisamment intégrés pour orienter l'organisation de mon outil pédagogique.

## **D. Quatrième étape de création. Augmenter la capacité perceptive du stagiaire : le relâchement**

### ***1. Par le relâchement du corps***

#### *a. Le présent de création*

J'ai cherché, lors de ma préparation du stage, les postures permettant le plus de relâchement possible dans un agencement naturel du geste. Mon objectif est que le stagiaire soit au plus près de la perception de son geste, celle-ci nourrissant son expression, lui donnant une authenticité et une qualité de présence à soi. « *J'ai synthétisé ce mouvement en un seul : les avant bras se replient en se rapprochant du sternum, les deux mains se posant sur celui-ci. J'ai fait ce choix car dans sa dimension expressive, ce geste portait en lui un rassemblement de la personne, le dos s'arrondissait et le recul du bassin permettait un relâchement tonique du corps.* » (1166-1170).

Pour que cette chorégraphie ne soit pas qu'une gymnastique et ne soit donc vécue qu'extérieurement, il était impératif de trouver des stratégies d'enrichissement perceptif.

#### *b. Le toujours présent*

Je savais, depuis ma rencontre avec Ludwik Flaszen, que plus le corps se relâche, plus l'information perceptive du mouvement est riche. En effet, les fuseaux neuromusculaires cachés dans les muscles servent de support à la sensation de mouvement. Ils informent le cerveau du mouvement majoritairement quand le muscle ne travaille pas sur le plan moteur, donc c'est le muscle relâché qui offre le plus d'informations sensorielles. « Cette organisation profonde [du mouvement] se révèle naturellement au performer lorsqu'il le réalise dans certaines conditions : lenteur, précision, attention, intention et relâchement musculaire. Plus l'effort musculaire sera faible et plus l'agencement naturel du mouvement s'offrira au performer. » (Leão, 2005, p. 239).

Ainsi, j'ai rencontré, tout au long de mon parcours, des instants où le corps se relâchait et me permettait d'accéder à une autre part de moi-même. Comme lors de ma première rencontre avec l'approche Grotowskienne : « *J'ai couru, sauté, gesticulé dans toutes les*

*orientations possibles jusqu'à épuisement, et là, dans un lâcher prise, lorsque ma pensée capitulait, lorsque ma volition abdiquait, j'accédais à une part de moi nouvelle, non décidée, organique, c'est-à-dire en amont de la pensée et pourtant extrêmement lucide. » (102-105).*

Cette nature de relâchement pouvait avoir comme origine mon état psychique ou au contraire mon état organique. *« J'étais complètement déprimé et en eus assez de jouer. J'étais avec une autre actrice derrière le rideau de théâtre en train de me préparer à une ultime tentative, je ne pensais à rien et n'avais même pas d'idée de départ pour pouvoir épauler ma pauvre partenaire de jeu. Très courageux, je l'ai laissée rentrer la première sur le plateau et balbutier quelques mots, je suis rentré un peu après, sans me précipiter, sans gesticuler, en marchant côté cour. » (264-269).* Dans cet exemple comme dans le suivant, c'est un état psychique qui est le starter d'une modification tonique. *« Pensant avoir déjà perdu, je me dis que j'allais juste lire le texte sans trop en faire. Je lus, plus calmement et plus lentement que d'habitude, et la musique des mots, les intonations et les silences, vinrent à moi. Je n'ai pas fait d'effort et doucement le personnage apparut. » (311-314).*

La modification de la volition provoque également un changement physique important. *« En effet, j'arrêtai de vouloir faire, de vouloir montrer, de prouver quelque chose. Cela eut une conséquence physique importante : j'étais relâché, détendu, mes mouvements n'étaient pas exagérés ni forcés. » (377-380).*

Je savais, pour l'avoir expérimenté lors de mes expériences théâtrales bien antérieures à la création du codifié, que la voie de passage permettant d'accéder à plus de relâchement pouvait se trouver soit dans une modification de mon état psychique entraînant une modification tonique, soit lors d'une modification organique, soit encore par un abandon du vouloir-faire.

## ***2. Par l'apport du mouvement interne***

### *a. Le présent de création*

Au moment où je crée le codifié des personnages du Sensible, je souhaite que les stagiaires s'appuient sur la sensation du mouvement interne pour déployer leur expressivité. Pour cela je me prépare en me mettant en relation avec cette sensation perceptive : *« Le matin du stage (novembre 2007), arrivant généralement une heure avant le début de la formation, me préparant en pratiquant une introspection et de la gymnastique sensorielle, je me suis mis*



à chercher un outil facilitant l'enrichissement expressif et comportemental des stagiaires. » (1121-1124).

Je construis ma relation au mouvement interne comme un préalable à tout instant de création, qu'il soit artistique ou, comme ici, pédagogique.

b. *Le toujours présent*

Le mouvement interne vient offrir une réalité perceptive aux expériences théâtrales précédentes. Il me permet de reconnecter avec ce qui fait l'essence de mon geste et de mon expression. Je le décris lors de ma première rencontre avec cette sensation perceptive qui s'est faite grâce à l'aide de Nadine Quéré<sup>23</sup> : « Elle se plaça derrière moi et posa ses mains sur mes hanches en leurs imprimant un petit mouvement latéral ; celui-ci, léger et fluide, me donnait la sensation de glisser sans rien faire, je veux dire : sans rien décider. Ensuite, elle posa sa main sur ma jambe gauche, un peu au-dessus du genou et me fit faire un pas en avant. Et là... J'eus la sensation de faire mes premiers pas, oui, mes premiers pas... à vingt sept ans, mes premiers pas. J'avançais seul... mes premiers pas vers l'intérieur de moi. Ces pas, je les ai réalisés dans un état second, la manière de marcher était si différente de la mienne, non pas dans la forme mais dans le rapport à ma marche. D'habitude mes jambes suivaient la direction que je leur donnais ; ici, ce sont elles qui m'emmenaient sur un chemin que je découvrais au fur et à mesure que j'avançais. Soudain, après quelques pas, moi qui avais soif, le corps asséché de trop d'entraînements à l'endurance, c'est une vague, une déferlante qui est venue et m'a emporté. Cette vague, de mes yeux grands ouverts, je l'ai vue un instant, externe et arrivant, l'instant d'après, en moi. » (554-567).

Je pouvais observer que le mouvement interne peut servir d'appui pour rencontrer une disponibilité et une sensibilité lors d'interprétation. « Ainsi, dans les moments de création ou d'improvisation, lorsque j'étais en relation avec ce mouvement interne, je retrouvais les conditions de jeu particulières que j'ai décrites dans ma rencontre avec Hottier et le Théâtre de Banlieue, c'est-à-dire le relâchement, une disponibilité intérieure à mon propre vécu, un accès à des pensées émergentes, la sensation d'avoir le temps. » (614-618).

Je m'appuie également sur les lois physiologiques de ce mouvement comme le biorhythme sensoriel. « Cet outil s'est construit autour d'une séquence du mouvement codifié

---

<sup>23</sup> Nadine Quéré est fasciathérapeute et somato-psychopédagogue, assistante invitée à l'UFP, formatrice au sein de point d'Appui-IAA/UFP, chercheuse au sein du CERAP.

*crée par Bois, le biorythme sensoriel*<sup>24</sup> (Bourhis, 2005). Cette séquence, se construisant autour d'une alternance de mouvements de convergence et de divergence, me semblait tout indiqué pour organiser ce qui, en moi, était présent de manière éparse. » (1132-1135).

L'importance de la relation au mouvement interne était pour moi essentielle, d'autant plus qu'il était organisé à l'intérieur du corps de la personne en un biorythme. Il était évident pour moi, avant même la création de mon outil pédagogique, que cette relation était fondatrice et enrichissait profondément la dimension expressive de la personne.

## **E. Cinquième étape de création. Augmenter l'implication du stagiaire dans son geste : la globalité**

### *a. Le présent de création*

Je poursuis la construction de mon codifié, ce matin du stage à la Réunion, en choisissant de mobiliser le corps du stagiaire de la manière la plus globale qui soit. J'utilise pour ce faire un outil appartenant à l'approche du Sensible qui se nomme "détournement attentionnel". Il s'agit de mobiliser une zone du corps, dans l'exemple cité ce sont les bras, pour mettre en mouvement non volontairement une autre zone, ici l'axe vertébral. « *J'ai fait ce choix car d'une part, l'ouverture symétrique permettait une plus grande cohérence du geste, une non-prédominance, une attention portée de manière égale dans les deux bras et d'autre part, elle obligeait le stagiaire à engager son sternum, celui-ci étant poussé par les deux omoplates qui s'ouvraient créant une mobilisation de l'axe vertébral vers l'avant et offrant une implication plus grande de la personne dans son geste.* » (1175-1180).

Pour que mon outil pédagogique soit efficace, il est nécessaire de trouver les moyens qui vont engager la personne tout entière dans son geste. Entière signe pour moi le fait qu'elle s'engage autant physiquement, qu'émotionnellement et que cognitivement.

### *b. Le toujours présent*

Avant ce temps de création, trois natures différentes d'engagement du corps sont présentes en moi. Deux d'entre elles appartiennent au champ théâtral, la troisième appartient

---

<sup>24</sup> Le biorythme est une rythmicité fondamentale que l'on distingue au sein du mouvement interne, il permet une adaptation posturale au cours du déroulement du geste et est l'horloge interne servant de starter à toute impulsion cinétique.

au champ du Sensible. Elles ont toutes été présentes comme une trame de fond lors de la construction du codifié des personnages du Sensible.

### *b(1) L'acte total : le corps organique*

Depuis mes premiers pas dans le monde du théâtre et le métier d'acteur, je sais et ai vécu l'expérience que l'acte de l'acteur, le mien mais aussi d'autres acteurs, me touche lorsqu'il y a une implication qui me ou qui les mobilise : « *Par exemple le fait de voir leurs corps, souvent sans parole, exprimer par le biais de mouvements bien précis une série d'états et me les transmettre avec authenticité me bouleversait.* » (51-53). L'extrait précédent décrit une situation se déroulant lors de l'observation des acteurs du Plan K, celui qui suit en décrit une autre se déroulant lors de mes propres interprétations. « *Tandis qu'au travers de cette expérience du corps expressif, je trouvais un nouveau moyen de communication plus sincère, plus vrai, plus entier.* » (75-77).

L'acte total grotowskien m'avait amené à faire l'expérience d'un corps organique. « L'organicité renvoie à quelque chose comme la potentialité d'un courant d'impulsions, un courant quasi biologique qui vient de l'intérieur et va vers l'accomplissement d'une action précise. » (Richards, 1995, p. 153). Ainsi, je décris dans mon verbatim : « *L'acte total ; Grotowski (1971) en donne la définition suivante : "L'acte de l'acteur – écartant les demi-mesures, se révélant, s'ouvrant, émergeant de lui-même en opposition à la fermeture – est une invitation au spectateur. Cet acte peut être comparé à un acte profondément enraciné, un amour véritable entre deux êtres humains – ce n'est qu'une comparaison dans la mesure où nous pouvons nous référer à "l'émergence de soi-même" par analogie. Cet acte, paradoxal et extrême, nous l'appelons acte total."* » (p. 214) » (92-97).

C'est lors de ma rencontre avec cette approche théâtrale que j'ai ressenti la nécessité de créer les conditions d'émergence de la personne à elle-même.

### *b(2) La pré-expressivité : le "corps dilaté"*

Toute la dimension de la notion de pré-expressivité se trouve dans cette définition de Barba : « Ce n'est pas un niveau qu'on peut séparer de l'expression mais une catégorie pragmatique, une pratique qui, pendant le processus, vise à développer et à organiser le *bios* (vie) scénique de l'acteur, à faire surgir de nouvelles relations et des possibilités de significations insoupçonnées » (2004, p. 167-168). Dans le cadre de ses recherches autour de

la pré-expressivité et, notamment, de la fondation de l'Anthropologie Théâtrale, Barba a défini un ensemble de lois permettant de développer la présence scénique de l'acteur. J'ai pu, dans le cadre de mon parcours professionnel, les expérimentées grâce au codifié qu'il a créé. *« Prenons l'exemple de la loi de l'équilibre de luxe. Barba observait qu'un regain de présence venait quand il y avait une altération de l'équilibre quotidien de l'acteur, celui-ci devait produire un effort attentionnel plus grand pour s'y maintenir. Il développait des stratégies toniques et musculaires pour réaliser l'effort demandé par ce changement, toutes ces modifications attiraient le regard du spectateur. Celui-ci sentait qu'il allait se passer quelque chose grâce à la tension générée par l'effort de l'acteur. » (167-173).*

J'avais rencontré, grâce aux outils développés par Barba – le codifié, l'équilibre de luxe et autres principes appartenant à l'Anthropologie Théâtrale – une manière nouvelle d'aborder une qualité de présence sous-jacente à l'acte de représentation : *« Ce codifié m'amenait rapidement à me préparer globalement c'est-à-dire physiquement, émotionnellement et psychologiquement. » (132-133).*

Ces éléments de préparation de l'acteur, que j'avais rencontré et expérimenté, lui permettent de modifier sa présence physique mais aussi, par résonance, de nourrir sa psychologie. C'est « une activité psychophysique à travers laquelle l'acteur accède à un autre état de conscience qui le rend très probablement chaud, transparent, lumineux : un *corps dilaté*. » (Barba, 2011, p. 63). Ce "corps dilaté" rend perceptible ce qui est invisible : l'intention. J'en donne un exemple dans mon parcours d'acteur. *« Moi, je n'avais pas la préoccupation des spectateurs, j'étais à 200 % dans mon action et avais la sensation qu'elle durait une éternité, car tout simplement chaque geste, chaque regard, chaque intonation étaient vécus pleinement. » (340-343).*

Je connaissais donc, au travers de la rencontre avec le travail de Barba, des stratégies de mobilisation psychophysique "gonflant" littéralement la présence de la personne.

### *b(3) Le paroxysme perceptif : le corps sensible*

J'observais, lors de ma préparation d'acteur et ce après la rencontre avec l'approche du Sensible (avril 1990), que le mouvement interne, dans son organisation spatio-temporelle, offre une coordination et une synchronisation nouvelle à ma gestuelle : *« En effet, dans le jeu théâtral, ce mouvement interne est devenu progressivement un partenaire, un référent qui venait nourrir mon mouvement majeur c'est-à-dire visible. Ainsi, dans les moments de création ou d'improvisation, lorsque j'étais en relation avec ce mouvement interne, je*

*retrouvais les conditions de jeu particulières que j'ai décrites dans ma rencontre avec Hottier et le Théâtre de Banlieue, c'est-à-dire le relâchement, une disponibilité intérieure à mon propre vécu, un accès à des pensées émergentes, la sensation d'avoir le temps. » (612-618). Mais cette observation est aussi vraie pour les stagiaires que j'accompagne depuis de nombreuses années : « Cet effet était le suivant : une plus grande écoute d'eux-mêmes et de disponibilité à leur intériorité et par conséquent une attention plus développée au partenaire sur le plateau ; il y avait un gain qualitatif évident pour nous. » (691-694).*

Ce gain qualitatif venait nourrir le corps de manière différente, il y avait une circulation allant du détail à la globalité et inversement. « Lorsque cette orchestration globale est finement ajustée, ce ne sont plus les segments qui jouent au sein de la globalité, mais une globalité qui s'exprime au sein de chaque segment [...]. » (Leão, 2005, p. 270). Mais pour ajuster et synchroniser ma gestuelle, j'avais appris, grâce à la pédagogie perceptive, à développer une attention particulière que Bois nomme "paroxysme perceptif". « C'est la qualité d'attention grâce à laquelle on est présent à la totalité de soi engagé dans le mouvement, et absent à tout ce qui n'est pas mouvement. » (*Idem*, p.237). Je pouvais observer les effets de ce paroxysme perceptif chez les stagiaires. « Ce travail d'attention perceptive provoque et oblige le stagiaire à être plus présent à lui-même, effet que j'avais expérimenté pour moi-même. » (710-712). « Leur attention, posée dans le corps, les accaparait, laissant leur créativité se faire, se donner. » (732-733).

Je savais que les conditions attentionnelles et perceptives étaient capitales pour mobiliser la personne dans le rapport avec son mouvement.

## **F. Sixième étape de création. L'articulation avec les profils de personnalité : enrichissement perceptif et psychologique**

### *a. Le présent de création*

Je remarque, alors que je ne l'avais pas anticipé à ce point, l'articulation qui se dessine entre les postures que je commence à mettre en place pour mon codifié et les profils de personnalité que j'ai interprétés. Il ne s'agit pas de juxtaposer les postures des profils – comme s'il existait une posture par profil ! – ni de coller une forme gestuelle à un profil psychologique donné, mais bien de synthétiser une dynamique, de mettre en forme le corps avant même qu'il commence à vouloir représenter quelque chose. C'est dans un deuxième

temps que j'articule les mouvements et postures avec les profils de personnalité. « *Ces deux mouvements rentraient en résonance avec deux postures appartenant aux troubles de personnalité, celle de " l'hystérie " et de la " soumission". En remarquant cette équivalence, je me suis dit qu'il fallait continuer dans cette voie et j'ai cherché pour les deux postures suivantes quelles étaient les formes se donnant ayant une résonance avec la classification des troubles de la personnalité. J'étais donc vers l'avant, dans une posture de divergence. Il me fallait repartir vers l'arrière pour suivre l'oscillation cinétique du mouvement. J'avais en moi l'intention d'écouter les résonances avec les profils et, dans les mouvements vers l'arrière, le profil " d'évitant " ou " d'asocial " étaient les deux seuls qui restaient. Ce qui s'est donné comme mouvement dans le recul est un retour des bras dans une circularité latérale avec les paumes des mains tournées vers l'extérieur, la tête tournait vers la gauche comme pour rentrer dans le schème de convergence et plus spécifiquement celui de rotation gauche. Ce qui apparaissait très clairement est une résonance avec le profil de personnalité " évitant ". » (1181-1193).*

Je n'ai pas cherché cette équivalence d'emblée, elle s'est imposée comme une évidence... Mais elle était malgré tout déjà bien présente en moi, comme le dévoilera "Le toujours présent".

#### *b. Le toujours présent*

J'ai abordé les profils de personnalité avec l'aide de mes connaissances apprises lors de la construction du personnage dans mes expériences théâtrales. Au départ, je n'avais pas connaissance de cette classification et c'est Baro qui m'en a expliqué les tenants et aboutissants : « *Ne connaissant pas du tout cette approche psychologique, clinique dans le regard sur les symptômes, et abordant généralement plus le personnage par des consignes métaphoriques, poétiques ou d'intention, je me fis expliquer son point de vue particulier. » (837-840).*

J'insistais, dans sa façon de me les décrire, sur l'intentionnalité des ces profils, cela pour créer du lien avec ma manière d'aborder la construction du personnage. « *Dans les descriptions que m'a faites Baro de ces profils, je l'ai questionné sur les " intentions " qui les animaient c'est-à-dire la ou les pensée(s) sous-jacente(s) aux actions des personnes. Il me donna, pour chaque profil, une ou deux phrases clefs pouvant illustrer la pensée de chacun. » (853-856).*

Plus tard, à force de jouer plusieurs fois ces différents profils de personnalité, je portais en moi la trace de leur comportement, au sens d'une mémoire physique. J'ai réalisé que chacun des profils pouvaient avoir une incarnation corporelle par le biais de mouvements de base. Une psychologie spécifique liée aux mouvements de base se dessinait : *« Mais ici, je les redécouvrais enrichis de l'apport de la classification de Baro, je pouvais pratiquement observer quelle était la résonance d'un mouvement de base avec un profil. » (1021-1023).*

J'avais également observé l'influence des mouvements de base sur mes stagiaires en expressivité lors des formations de la Compagnie du Passeur. C'est lors de ces stages que j'ai commencé à transmettre aux stagiaires l'approche des profils, non dans un but psychologique mais bien dans un objectif de construction de personnage : *« Pour les amener à cette nouvelle étape, j'ai utilisé la stratégie suivante ; après avoir réalisé un échauffement, c'est-à-dire créé le lien avec le mouvement interne, je les invitais à s'engager dans un mouvement de base en observant la nature des perceptions qui s'y donnaient, la nature des émotions ou sentiments qu'ils y rencontraient et les intentions et pensées diverses qu'ils saisissaient. Lorsqu'ils partaient tous en mouvement de base avant, comme dans l'exemple cité plus haut, il y avait une couleur particulière, comme une famille d'intention, un archétype que l'on pouvait retrouver, propre à chaque orientation et à chaque posture. » (1076-1083).*

C'est à partir de cette expérience qu'est apparue progressivement la notion d'archétype : *« La notion de posture archétypale est importante à développer ici. De même qu'en Commedia dell'Arte, chaque masque est considéré comme un archétype du fonctionnement humain, je pouvais constater que chacune des postures orientait la personne vers un univers psychologique spécifique. Je ne développe pas cette notion d'archétype au sens jungien du terme, c'est-à-dire comme un symbole primitif et universel de l'inconscient collectif, mais bien comme un type primitif et original servant de modèle à un développement expressif. En Commedia dell'Arte, le masque d'Arlequin, quelle que soit la personne créant le masque, aura toujours des sourcils levés, des pommettes rebondies, un nez plutôt retroussé. Malgré cette constante de la forme, lors de l'interprétation, plusieurs acteurs travaillant sur le même masque auront des dynamiques singulières mais l'on retrouvera un fond commun dans leurs jeu : une curiosité, un esprit débrouillard et créatif dans toute situation, une envie de croquer la vie. Cette dynamique sera complètement à l'opposé avec un masque de Pantalon. Je pouvais constater un effet similaire sur les postures et les mouvements de base qu'interprétaient les stagiaires en expressivité dans les formations de la Compagnie du Passeur. Si dix stagiaires interprétaient la posture vers l'avant, ils avaient chacun un vécu*

*singulier mais il en ressortait une famille de résonance commune comme par exemple : l'engagement, la détermination, l'affirmation de soi. » (1084-1100).*

Ces différents extraits de mon verbatim me font voir qu'il y avait déjà en moi une véritable progression, même une construction. Cette dernière allant dans le sens du lien entre, d'une part la corporalité développée lors de mon parcours théâtral, avec l'apport de la construction du personnage, et Sensible avec l'apport de la pédagogie perceptive, et, d'autre part, la personnalité, développée lors de ma formation en somato-psychopédagogie et lors de mon travail autour des traits et troubles de la personnalité.



## Conclusion

Cette analyse des interactions entre macro et micro-temporalité lors du processus de création du codifié des personnages du Sensible a fait émerger une quantité de savoirs. Dans le premier niveau d'analyse concernant la partie macro-temporelle, que j'ai nommée "Les savoirs intemporels", je peux constater une prédominance de savoirs pour la plupart expérientiels. Excepté le savoir lié à la description de la théorie des dispositions par Baro, tous les autres ont à voir avec un vécu expérientiel. Les savoirs théorico-pratiques sont un entrelacement de connaissance et d'expérience, les savoirs "bisociatifs" ont au moins un des pôles qui les constituent ancré dans l'expérience.

Ce constat signe ainsi un ancrage expérientiel fort qui porte un principe de réalité donnant force et valeur à ma création. Je peux constater qu'au fil de mon parcours, j'ai tout de suite appliqué les enseignements que je recevais. Ma création est elle aussi le fruit de cette réalité de terrain, elle est née de mon observation pratique des problématiques de mes stagiaires en expressivité. La conséquence de cet ancrage est que ma création est tout de suite applicable et partageable.

Mais malgré le fait que je sois « un homme de terrain », je peux constater en filigrane une réelle accumulation de savoirs théoriques. La surprise naissant de cette observation est

leur réelle intrication, leur entrelacement avec la force expérientielle. En fait, il y a deux forces à l'œuvre dans ces résultats : l'une est la force de l'expérience, l'autre est la force de l'entrelacement théorique avec l'expérience.

Je ressens la nécessité, pour bien accéder au processus de création et à sa logique, et de répondre au mieux à mon objectif de recherche, de poser un regard d'avantage en surplomb sur l'ensemble de l'analyse que je viens de terminer. La dernière partie de ce mémoire consiste à mener une analyse théorique plus approfondie de la manière dont se sont joués, articulés, entrelacés, potentialisés, les quatre familles de savoirs identifiés dans "l'intemporel", je pourrai affiner et cerner ce qui s'y trame. Ces mêmes réservoirs de connaissances vont être repris et réanalysés plus en profondeur, sous un autre angle et en les catégorisant autrement. C'est pourquoi j'ai décidé de regarder mon parcours expérientiel de vie et de création sous l'angle de l'analyse et de la discussion théorique.

**TROISIEME PARTIE**

**ANALYSE ET DISCUSSION THÉORIQUE  
DU PARCOURS EXPERIENTIEL DE VIE ET  
DE CRÉATION**



## Introduction

*Il y a un autre genre d'intelligence, qui est déjà entière et préservée en vous. Une source de vie prête à s'élancer, une fraîcheur au cœur de la poitrine. [...] Elle est fluide et ne passe pas de l'extérieur vers l'intérieur [...] Ce second savoir est une fontaine qui jaillit de vous, pour aller au dehors.*

Rumi<sup>25</sup>

Comme annoncé dans le chapitre quatre de la première partie, je rappelle que j'ai réalisé cette analyse théorique en plusieurs étapes. La première étape est représentée et synthétisée dans le tableau disponible en annexe six. Dans ce tableau sont rassemblés dans la colonne de gauche les extraits témoignant de champs théoriques ou d'un rapport avec eux. Trois champs en ressortent : le champ théâtral, le champ du Sensible et le champ de la psychologie de la personnalité indiqués dans la colonne de droite, en regard des extraits correspondants. Dans la colonne du milieu, intitulée "thématisation", figure, pour chaque

---

<sup>25</sup> Oida, Y. (2007). *L'acteur rusé*. Ed. Actes Sud. p. 37.

extrait du verbatim, un thème qui ressort comme trait essentiel de cet extrait. Le chapitre un qui suit présente ces traits essentiels de manière détaillée. C'est ensuite en regroupant ces thèmes par affinités de sens théorique que j'ai vu apparaître quatre grandes catégories dessinant un modèle d'approche de la personnalité à partir d'une corporalité. Ce modèle sera présenté à la fin du premier chapitre. Il constitue à mes yeux le deuxième résultat de recherche important.

Dans le deuxième chapitre, qui constitue le corps théorique le plus abouti de cette recherche, j'ai souhaité mener une discussion approfondie de ces catégories conceptualisantes, en les inscrivant dans des domaines scientifiques plus larges. Je peux donner ainsi à l'analyse de mon parcours une dimension plus universelle, ouvrant cette recherche à des questions qui peuvent concerner tous les acteurs de la création, de l'accompagnement, de la psychologie autour du lien entre le corps et le psychisme.

# Chapitre 1 - Thématisation et modélisation du parcours de vie et de création

## *1. Description des thèmes*

Dans ce qui va suivre, je présente de manière détaillée chaque thème correspondant à un extrait de mon verbatim se situant dans le tableau de thématisation en annexe six.

### *a. Le corps vécu comme lieu non-volontaire*

Cet extrait décrit l'effet de la rencontre avec le travail de Grotowski, rencontre qui a été capitale pour moi. Cette dimension fondamentale est décrite dans mon récit de création comme une naissance, ce qui en traduit, de façon poétique, l'intensité. Une naissance, c'est apparaître au monde, mais ici, vu mon âge, c'est également apparaître à soi de manière différente, comme si l'avant était fade, endormi. Le véhicule de cette naissance a été le corps, mais pas seulement un corps physique, gymnique ou volontaire. C'était un corps traversé, un corps animé, ces termes désignant plutôt un laisser-faire. Plus précisément, lors des improvisations, j'ai vécu une sensation de liberté créatrice m'informant qu'avant cette "naissance" j'étais plutôt quelqu'un de retenu dans ses mouvements. Le lâcher-prise offert par cette expérience du corps a eu également un effet émotionnel : il m'a mis en joie. De plus, il m'a permis de vivre un mouvement à la fois puissant et léger, ni dur parce que trop

volontaire, ni vide de présence parce que trop léger. C'est l'ensemble de ces caractéristiques qui m'ont amené à thématiser cet extrait en « le corps vécu comme lieu non-volontaire ».

*b. Le corps vécu comme lieu d'authenticité*

Cet extrait précise quels sont les effets de la rencontre avec le travail de Grotowski. L'effet principal est que, pour moi, la création théâtrale passe par le corps. Mais un corps authentique mettant ma vie en action. Quelle était l'origine de cette détermination ? Elle est née du contraste rencontré entre qui j'étais précédemment - secret, avec une difficulté d'accès à ce qui était intime, personnel - et la communication authentique donnée par la rencontre avec mon corps expressif. Ce corps expressif que je rencontrais, était un corps qui possédait une parole propre, qui me donnait des informations personnelles me permettant de revisiter ma biographie. La parole du corps "me" racontait par le biais du mouvement et ce, sans interprétation de ma part. Cette dernière phrase signe une dimension non volontaire : je ne *décidais* pas de raconter quelque chose, mais j'avais la sensation d'être traversé par des informations vécues, du coup, comme nouvelles et authentiques. C'est pour l'ensemble de ces raisons que j'ai donné à cet extrait le thème du « corps comme lieu authentique. »

*c. Le corps vécu comme lieu porteur de repères*

Pour cet extrait, qui témoigne de ma rencontre avec Ludwik Flaszen, je me souviens aujourd'hui qu'en tant que directeur d'acteur, il agissait de manière précise. Il repérait à quel moment relancer la dynamique du groupe, à quel moment travailler individuellement. Ces choix avaient pour objectif de nous permettre de nous dépasser, d'accéder à plus de profondeur dans notre jeu. Il connaissait néanmoins la posture nécessaire à l'émergence d'une créativité et savait comment nous y emmener en interprétant ce que nos corps exprimaient. C'est cette capacité qu'il avait à lire nos corps qui m'a fait comprendre que le corps pouvait être porteur de repères.

*d. Le corps vécu comme lieu organique*

Cet extrait décrit l'expérience du second souffle, c'est-à-dire : réaliser un travail physique intense, passer outre des résistances, tant physiques que psychologiques, pour arriver à un état singulier que l'on appelle organique. Ce dernier se donnait lorsque j'arrêtais



de vouloir représenter ou lorsque j'arrêtais de vouloir bouger. Ce vécu n'était pas habituel, quotidien, je dirais que j'étais plus intense. Il était aussi corporel, mais pas seulement, il y avait une pensée non anticipative, non contrôlante mais immédiate. L'ensemble de ces éléments me font dire que le thème de cette partie du verbatim est celui d'un « corps vécu comme lieu organique. »

*e. Le corps vécu comme lieu organisé*

Cet extrait décrit ma rencontre avec le codifié de Barba. C'est parce que le codifié est une sorte de chorégraphie (c'est-à-dire une série ordonnée, structurée, de gestes et de mouvements définis) qu'il organise le geste. La pratique de ce codifié a eu pour effet de renouveler mon approche du mouvement et d'enrichir mon propre mouvement et ce, grâce à la clarté de la structure formelle. Ce codifié travaillait des enchainements de gestes bien précis incluant tous les paramètres du mouvement et m'orientant par conséquent vers des dynamiques spatiales non habituelles. Cette chorégraphie était une préparation complète à mon métier d'acteur. Tous les niveaux de mon être (physique, émotionnel et psychologique) étaient concernés. Si le projet était d'enrichir et de renouveler sa pratique, de sortir d'habitus perceptifs, alors il était nécessaire de structurer et d'organiser le corps dans une forme définie.

*f. Le corps vécu comme lieu porteur d'invariants*

Je témoigne dans cet extrait de ma rencontre avec l'Anthropologie Théâtrale qui a été créée par Barba. Cette discipline observe, dans toutes les situations de représentations existantes, les stratégies développées pour accéder à un gain qualitatif de présence. Barba retirait de ses observations des lois, des "principes-qui-reviennent" qui vont animer l'acteur et l'aider à développer une présence plus grande. C'est grâce à ces principes que le corps peut être vécu comme porteur d'invariants.

*g. Le corps vécu comme lieu non psychologique*

Dans cet extrait présentant ma rencontre avec Hottier, je témoigne de sa vision de l'acteur qui exigeait que celui-ci dépasse une interprétation ou un jeu psychologique, qu'il se perçoive comme un dieu. L'ensemble de son travail tendait vers cet objectif. Il demandait un engagement corporel important nécessitant une adaptabilité de chaque instant mais également

une implication expressive, tout ceci dans une immédiateté ne laissant pas le temps d'interpréter psychologiquement les rôles. C'est pour cette raison que j'ai choisi de définir ce thème comme « lieu non psychologique. »

*h. Le corps vécu comme lieu porteur d'archétypes*

En présentant ma rencontre avec le jeu masqué, cet extrait témoigne que cette forme théâtrale m'a permis de découvrir des archétypes de comportement. Cette forme théâtrale est plus libre, à la fois corporellement et psychologiquement car la parole n'est pas préexistante et pourtant la forme l'est. C'est cette expérience d'entrelacement entre une forme "déjà là" et la liberté, la singularité de mon vécu, qui me fait nommer le thème de cet extrait comme « porteur d'archétypes. »

*i. Le corps comme lieu d'entrelacement entre structure et liberté*

Cet extrait témoigne de ma première expérience positive dans le rôle d'un personnage, réalisée grâce à la forme clownesque. Le personnage clownesque permis l'expérience de l'entrelacement entre forme et liberté de composition. Cette expérience donne la couleur de mon thème pour cet extrait.

*j. Le corps vécu comme lieu d'interprétation*

Cette extrait décrit ma première rencontre positive avec un personnage de théâtre (le Lvov dans la pièce "Ivanov" de Tchekhov), lors d'une répétition avec la compagnie de Hottier. C'est au moment où, près d'abandonner, n'ayant plus d'espoir pour le rôle, je lus mes répliques sans essayer de montrer ou de produire quelque chose. La façon dont je lus était différente de ma façon de faire habituelle. C'était beaucoup plus lent et j'étais plus calme, par conséquent la prosodie se donnait. C'est avec la sensation de ne pas travailler, sans rien forcer, sans volonté, que je sentis le personnage en moi. Dans ce moment particulier, il n'y avait aucune interférence, aucune pensée parasite entre le personnage et moi, je le découvrais. J'avais le sentiment de vivre deux choses à la fois : incarner le personnage tout en me percevant, comme si j'étais le marionnettiste et la marionnette simultanément. Ce vécu dans mon corps témoigne de la capacité interprétative de ce dernier et donne le thème de cet extrait.

*k. Le corps vécu comme lieu d'expériences paradoxales (intensité physique du training-relâchement dans la présence)*

Cet extrait témoigne d'une période de ma vie professionnelle où j'étais partagé entre l'intensité physique vécue lors des "trainings", qui m'avait permis d'accéder à des instants uniques, et les improvisations vécues et décrites dans mon récit de création qui, elles, décrivent des instants de laisser-faire, de relâchement physique. Je percevais cela en moi comme un paradoxe, d'où le titre.

*l. Le corps vécu comme lieu d'expérience fondatrice*

Ma première rencontre avec le Sensible, plus spécifiquement avec le mouvement interne, fait l'objet de cet extrait. Cette rencontre a été bouleversante au point de la vivre comme ne faisant pas partie de moi. Elle a profondément bouleversé ma vie autant professionnelle que personnelle, c'est pourquoi j'ai choisi de nommer cet extrait de mon récit de création : le corps vécu comme expérience fondatrice.

*m. Le corps vécu comme lieu d'expressivité*

Le thème de cet extrait vient du fait qu'il témoigne de l'apparition d'un rapport spécifique au Sensible faisant naître une expression. Ainsi, le rapport qualitatif que la personne noue avec sa propre expression, définit l'Expressivité du sensible.

*n. Le corps vécu comme lieu d'intelligence*

Cet extrait témoigne de l'ensemble des stratégies corporelles et perceptives déployées lors des préparations des stagiaires les matins des stages d'expressivité. Nous travaillons avec les outils suivants : l'introspection sensorielle, la relation d'aide manuelle à deux assis et debout, le mouvement lent et libre. L'enrichissement sensoriel qui en résulte rend le stagiaire plus intelligent, plus présent dans son expression. Le thème choisi inscrit le corps comme lieu d'intelligence.

*o. Le corps vécu comme lieu porteur d'une architecture interne, perceptive*

C'est parce que cet extrait parle des mouvements de base (fondamentaux dans la construction du codifié) comme organisant la vie interne de la personne et concernant sa globalité grâce à la mobilisation de l'ensemble des segments du corps, que j'ai choisi le thème ci-dessus. En effet, ces mouvements de base sont comme le patron du mouvement, comme une architecture interne sur laquelle la personne peut s'appuyer.

*p. Le corps vécu comme lieu de présence à soi*

Cet extrait témoigne du travail attentionnel et de ses effets. L'entraînement de l'attention perceptive du stagiaire orientée vers son corps, vers la richesse de ses vécus lui permet de capter des informations internes. Ce véritable "training" attentionnel orienté vers sa perception déployait sa présence mais pas seulement, c'est comme s'il apparaissait également à ses propres yeux. Ce double mouvement de la présence, à soi, à l'autre, me permet de choisir le thème suivant : le corps vécu comme lieu de présence à soi.

*q. Le corps vécu comme lieu porteur d'imperçus et de perçus*

L'angle mort, un outil utilisé dans le processus de création du codifié, est l'objet de cet extrait. Nous avons tous des habitus perceptifs, moteurs ou cognitifs qui correspondent à des habitudes de percevoir, de bouger ou de penser. Ces derniers sont comme des zones restant dans la nuit de notre vie. Cet extrait témoigne qu'il y a en nous des zones perçues et imperçues.

*r. La personnalité : une structure organisée physiquement et psychiquement*

Cet extrait décrit la théorie des dispositions que j'ai rencontrée grâce à Baro. Cette théorie, fondée par Allport et déployée ensuite par Millon, définit la personne comme composée d'un ensemble de traits. L'agencement de ces derniers va fonder la singularité de la personne et également son adaptation spécifique aux événements de la vie. C'est parce que cet extrait parle de la personnalité comme une structure organisée psychiquement mais aussi,

parce que j'ai pu en expérimenter, par le biais de l'interprétation, le vécu corporel de cette théorie, que j'ai rajouté « physiquement » au titre du thème de cet extrait.

*s. Le corps vécu comme porteur d'un sujet Sensible*

La présentation de l'approche de Bois et, plus spécifiquement, de son point de vue des différents statuts du corps qu'une personne peut percevoir, fait l'objet de cet extrait. La description d'un corps Sensible comme un corps qui me dit des choses qui viennent renouveler mes représentations, mes modes d'action, mes comportements ; d'un corps comme lieu d'un savoir immanent venant nourrir le sujet que je suis, a défini le thème de cet extrait.

*t. Le corps vécu comme lieu porteur de postures significantes*

Dans cet extrait, je me rends compte que les formes des postures du codifié des personnages du Sensible induisent un comportement psychologique. Je constate qu'une même forme physique déclenche un même groupe de comportements, même si le rapport avec cette forme, la façon de la vivre restait personnelle. C'est parce que le corps peut être porteur de posture déclenchant une signification, que j'ai choisi le thème de cet extrait.

*u. Le corps vécu comme lieu porteur de schèmes cohérents*

Il est décrit, dans cet extrait, les stratégies de structuration du codifié des personnages du Sensible et, notamment, son organisation autour du biorythme sensoriel<sup>26</sup> appartenant au troisième degré du codifié créé par Bois. Cette partie du codifié, composée de mouvements divergents et convergents appelés schèmes<sup>27</sup>, m'apparaissait totalement adéquate. Je pouvais observer un lien entre la posture du corps (divergence ou convergence) et les caractéristiques plus psychologiques du personnage que les stagiaires interprétaient. Cette cohérence observée, à la fois physique et psychologique, m'a fait choisir le thème pour cet extrait.

---

<sup>26</sup> Le biorythme est une rythmicité fondamentale que l'on distingue au sein du mouvement interne, il permet une adaptation posturale au cours du déroulement du geste et est l'horloge interne servant de starter à toute impulsion cinétique.

<sup>27</sup> Les schèmes associatifs de mouvement sont des ensembles cohérents de mouvement s'organisant dans un respect de la physiologie du corps, ce dernier étant relâché. « On donne comme appellation à un schème le nom du mouvement linéaire qui correspond à l'orientation intentionnelle du schème et qui lui sert de starter. Parmi les schèmes associatifs, on distingue des schèmes de convergence, qui concentrent les mouvements vers le corps, et des schèmes de divergence, qui tendent à mettre le corps en ouverture » (Bourhis, 2005. p.34)

Une fois cette thématisation effectuée, je me suis aperçu que les titres de chaque extrait de mon récit de création pouvaient se regrouper par affinité. Ces affinités n'avaient rien à voir avec le champ théorique ou expérientiel d'origine. Il pouvait y avoir dans une même famille des thématiques provenant du champ théâtral, du champ du Sensible ou de celui de la psychologie de la personnalité.

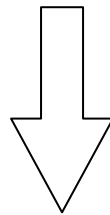
## ***2. Modèle de progression des savoirs***

L'analyse thématique a ainsi fait apparaître quatre catégories émergentes : en A) le corps vécu comme fondement organique, en B) le corps vécu comme lieu structuré et cohérent, en C) le corps vécu comme lieu d'enrichissement perceptif, expressif et cognitif et finalement en D) le corps vécu comme lieu de la personnalité. Ce regard m'a permis d'identifier des étapes clés dans ma rencontre avec différents modèles théoriques nourrissant le rapport entre personnage et personnalité. Ces étapes ont été des moments clés autant dans mon expérience que dans la construction de savoirs qui ont alimenté le processus de création du codifié des personnages du Sensible. Organisées d'une certaine manière, elles apparaissent aussi comme des "marches" pédagogiques autant dans la construction du codifié qu'éventuellement dans la transmission de ce codifié, point à vérifier dans la discussion. Je présente ci-dessous ce modèle de progression des savoirs expérientiels et théoriques qui entre en jeu dans la création du codifié des personnages du Sensible (Figure 1).



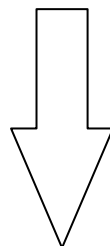
### **Le corps vécu comme fondement organique**

Le corps vécu comme lieu non-psychologique  
Le corps vécu comme lieu organique  
Le corps vécu comme lieu d'authenticité  
Le corps vécu comme lieu non volontaire  
Le corps vécu comme lieu d'expérience fondatrice  
Le corps vécu comme lieu de présence à soi



### **Le corps vécu comme lieu structuré et cohérent**

Le corps vécu comme lieu porteur de repères  
Le corps vécu comme lieu organisé  
Le corps vécu comme lieu d'une architecture interne  
perceptive  
Le corps vécu comme lieu porteur de schèmes cohérents  
Le corps vécu comme lieu d'entrelacement entre  
structure et liberté  
Le corps vécu comme lieu porteur de postures



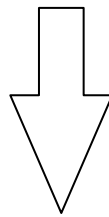


**Le corps vécu comme lieu d'enrichissement perceptif,  
expressif et cognitif**

Le corps vécu comme lieu d'expérience paradoxale (intensité  
physique du training-relâchement dans la présence)

Le corps vécu comme lieu porteur d'imperçus et de perçus

Le corps vécu comme lieu d'intelligence



**Le corps vécu comme lieu de la personnalité**

Le corps vécu comme lieu porteur d'archétypes

Le corps vécu comme porteur d'un sujet Sensible

Le corps vécu comme lieu d'interprétations

Le corps vécu comme lieu d'expressivité

La personnalité : une structure organisée physiquement et  
psychiquement

**Figure 1 : Modèle de progression des savoirs expérimentiels et théoriques entrant en jeu  
dans la création d'un outil pédagogique dans le champ de l'expressivité du Sensible**

## **A. Le corps vécu comme lieu organique**

La première étape "corps vécu comme lieu organique" témoigne de la construction d'un préalable, d'un contexte avant de se lancer dans un projet pédagogique, ici la création d'un outil pédagogique. Il faut d'abord créer une certaine nature de rapport au corps, un rapport qui ne soit pas influencé, teinté par la dimension affective et psychologique de la personne. Pour certains, le corps de la personne est animé d'une dynamique vitale particulière - impulsions organiques pour Grotowski, sens du mouvement pour Stanislavski, mouvement interne pour Bois, variations d'impulsion appelé *sats* pour Barba - qui lui offre une authenticité et permet d'éviter un mode volontaire. Je constate que l'on décide toujours à partir d'un connu, comment laisser venir un inconnu de soi, une rencontre qui peut être vécue comme fondamentale, offrant une qualité de présence renouvelée.

## **B. Le corps vécu comme lieu structuré et cohérent**

Lorsque ce contexte relationnel est créé, ce monde interne, dans le corps, vécu dans le corps, apparaît comme n'étant pas inorganisé. Le corps, dans son intériorité, dans sa sensorialité a sa cohérence. Cette deuxième étape témoigne de cette organisation, de repères que l'on peut capter. Le corps a une architecture, anatomique bien sûr, mais plus que cela, une architecture interne perceptive, perceptible, nourrissant une dynamique de mouvement. Cette dynamique motrice et tonique s'organise en schèmes cohérents offrant à la personne la possibilité de se vivre comme structurée et libre à la fois. Ce corps prend alors forme dans des postures signifiantes pour celui qui les vit.

## **C. Le corps vécu comme lieu d'enrichissement perceptif, expressif et cognitif**

S'il est possible de trouver une structuration dans le corps et de la percevoir, alors il est possible qu'en entrant en relation avec cette architecture interne, un projet éducatif puisse se construire. C'est l'objet de la troisième étape que j'ai identifiée et qui regarde le corps comme possible vecteur d'une éducation et d'un enrichissement de la personne. C'est en trouvant une posture alliant laisser-faire et engagement, une posture de neutralité néanmoins active, qu'un renouvellement dans la connaissance de soi se donne. C'est aussi par un effort

attentionnel que des imperceptions, restées jusque-là dans la nuit de notre corps, redeviennent perçues et éclairent nouvellement nos représentations. De cet effort, de cette conscience perceptive naît une intelligence plus perceptive, plus sensorielle, venant nous apprendre qui nous n'étions pas encore.

#### **D. Le corps vécu comme lieu de la personnalité**

Cette éducation à partir d'un fondement organique structuré vient toucher la personne et sa personnalité. Dans cette quatrième et dernière étape, le corps est vécu comme le lieu d'incarnation de la personnalité et c'est par le corps que la personnalité peut être renourrie, revisitée. On peut redécouvrir par le corps des structures préexistantes, des archétypes, qui viennent nourrir la personnalité. Le corps Sensible est un lieu de nouveauté perceptive offrant un renouvellement de la perception de soi, par conséquent de l'image que l'on a de soi. Interpréter d'autres personnages en partant du corps, de la manière la plus authentique qui soit, est également une stratégie d'enrichissement de sa propre personne, c'est comprendre un autre point de vue, une autre manière de faire et de réagir. Laisser son corps s'exprimer c'est partager qui l'on est avec les autres, le monde, mais principalement avec soi-même. L'expressivité est un révélateur de l'émergence de soi en soi-même. L'expressivité est l'amorce d'une incarnation de la personne dans son être-à-soi et son être-au-monde.



## **Chapitre 2 - Discussion théorique**

Nous allons maintenant discuter ce modèle étape par étape au regard des auteurs des disciplines interrogeant le rapport au corps et son lien avec le personnage et la personnalité. Pour ma recherche, cette discussion va permettre de contextualiser une démarche personnelle en rapport avec les chercheurs que j'ai, soit rencontrés, soit dont j'ai rencontré les pratiques. Elle va permettre également de comparer, de cerner, de mettre en contraste les différentes approches concernées par mon objet de recherche avec ce dernier et entre elles. Elle a aussi pour objectif de donner sens à la construction du codifié des personnages du Sensible et, collatéralement, au parcours de chercheur qui est le mien. Elle permettra aussi de valoriser une expérience de création d'un outil pédagogique dans le champ du Sensible.

### **A. Le corps vécu comme lieu organique**

Trouver un lieu qui soit un espace de liberté, de ressourcement, non limité par la dimension psychologique, finalement, un lieu plus proche de l'être, a toujours été une quête fondamentale de nombreux hommes de théâtre. Comme le dit Delbono (2004a), il faut pour cela sortir de la volonté de reproduire la réalité comme elle est, d'être naturaliste. Il faut aller

à la rencontre de la vie, de la vulnérabilité de l'être humain : « Inventer une autre façon d'être en scène qui ne soit pas naturelle. Je ne veux pas que mon théâtre soit naturel mais vivant. Il ne faut pas qu'il se départisse de la fragilité et de l'incertitude qui sont inhérents à la personne humaine. Être sur scène, ne rien faire et dégager de cette immobilité une humanité. » (p. 67). Pour cet auteur, il est nécessaire de se débarrasser des allants de soi et habitudes qui nous encombrant pour aller vers une authenticité qui ne soit pas l'émanation d'une affectivité, d'une sentimentalité : « Pour cela il faut sortir des lieux communs du théâtre et de la composition des personnages. [...] Pour moi la vérité d'un corps sur un plateau, d'un personnage, ne provient pas des sentiments qui sont les émanations de la psychologie. » (*Ibid.*, p. 67-68). En effet, on peut tricher de manière convaincante, donner à voir une multitude d'états d'âme qui peuvent être puissants, mais ce qui sera partagé ne sera alors que le jeu du personnage, qu'une construction séduisante et bien faite. L'intérêt c'est l'acteur, c'est-à-dire l'homme et la motivation qu'il a à être devant nous : « Avec la tête, on peut inventer moult combinaisons, [...] être seul en scène, éprouver des sentiments très forts qui dégagent des émotions qui vont se transmettre par la voix et la respiration de l'acteur. Mais la nécessité du personnage domine et l'on ne sent pas celle, plus profonde, de l'acteur à être en scène. » (*Ibid.*, p. 68).

Ce lieu, cette place, cet espace, non atteints par l'histoire, par la psychologie de la personne, pourraient être ceux de l'être<sup>28</sup>. François Cervantès et Catherine Germain (2009), respectivement metteur en scène et actrice de la *Compagnie L'Entreprise*, nous décrivent ce qu'ils entendent par "être intérieur". Dans cette vision poétique de l'arrivée de l'être, l'arrivée de "l'ange" se fait de l'intérieur du corps, c'est une émergence de soi en soi qui porte une potentialité : « A l'intérieur de nous, il y a un être. Il ne reçoit de la vie sur terre que des échos étouffés et déformés, et il aspire à venir au monde. Dans ce sens-là, c'est un ange, mais il n'arrive pas sur terre d'en haut, plutôt en remontant de l'intérieur. L'ange est en nous, protégé des violences de la vie par une carapace, mais il arrive que la beauté lui donne envie d'aller au monde. C'est une seconde naissance. L'homme est à venir, c'est une promesse. On ne sait pas encore à quoi il ressemble. » (p. 12). Éviter de construire les personnages sur une base psychologique est la préoccupation d'autres directeurs d'acteurs que Delbono ou Cervantès. Dans cette optique, le rapport au corps est une voie de passage pour certains d'entre eux.

---

<sup>28</sup> Aristote définit l'être avant tout comme substance, ce qui existe en soi, ce qui est essentiel et fondamental. Lorsque je parle de l'être, je parle d'une dimension fondamentale de la personne, d'une dimension dans laquelle elle se perçoit comme existante.

Pour les chercheurs qui ont été mes formateurs dans mon parcours ou ceux que j'ai découverts par mes lectures, cette quête de l'être passe par le corps. Mais pas seulement un corps physique, « Le corps n'est pas seulement fait de chair et de muscles. C'est la totalité de l'individu. [...] Le corps de l'acteur doit toujours fonctionner selon ces trois aspects : corporel, émotionnel, lucide. Sinon, il est incomplet. » (Brook, 1991, p. 301). Un corps où il ne faut rien enlever, rien éliminer et qui nous offre même la capacité de percevoir plus que sa propre limite : « Il ne s'agit pas de renoncer à une partie de notre nature, tout doit tenir sa place naturelle, le corps, le cœur, la tête, quelque chose qui est "en dessous de nos pieds", quelque chose qui est "au dessus de la tête". (Grotowski, 1993, p. 189). Un corps vécu comme un organisme vivant, rassemblant physique et spiritualité, incarnant même cette spiritualité : « L'acteur ne doit pas utiliser son organisme pour illustrer un "mouvement de l'âme", il doit accomplir ce mouvement avec son organisme. » (Grotowski, 1971, p. 91).

Meyerhold (1975), par exemple, insiste et invite l'acteur à poser son attention sur le corps car, dit-il, la psychologie puise ses racines dans la physiologie du corps. Pour lui, il y a une archéologie du sentiment dont les bases, les fondements, sont à trouver dans la dynamique physique. Lorsque l'acteur orientera son attention vers le corps, vers cet originaire organique, il ne sera pas déstabilisé dans ses interprétations futures. Ainsi, pour cet auteur, « En réalité, tout état psychologique est conditionné par certains processus physiologiques. [...] C'est de toute une série de situations ou d'états physiques que naissent ces "points d'excitabilité" qui ne se colorent qu'ensuite de tel ou tel sentiment. Avec un tel système de "naissance du sentiment", l'acteur disposera toujours d'une base solide : la prémisse physique. » (Meyerhold, 1975, p. 80). Se mettre en relation avec le corps est un premier mouvement permettant d'éviter un rapport expressif trop teinté de psychologie, mais insuffisant pour plusieurs hommes de théâtre que j'ai rencontrés dans mon parcours. Qu'y a-t-il dans le corps ? Qu'est ce qui le bouge, me bouge ?

Pour un certain nombre d'entre eux, le corps vivant est animé. Rentrer en relation avec cette animation est une des conditions pour contacter l'être, la présence, sa présence. Pour cela il faut de l'entraînement, une écoute particulière. En effet, pour Stanislavski (1984), « S'ils [les acteurs] prêtent une oreille attentive à leurs mécanismes personnels, ils sentiront que l'énergie s'élève du plus profond de leur être, de leur cœur même. Cette énergie n'est pas vide, elle est au contraire chargée d'émotion, d'intentions, de désirs, qui en font un courant frémissant orienté vers telle ou telle action. » (p. 71). Ainsi pour cet auteur, cette animation est une énergie circulant dans le corps, visitant chaque partie et offrant même des

caractéristiques particulières : « Quand l'énergie parcourt votre système musculaire, elle éveille vos centres moteurs internes et vous invite à l'action. Elle se déplace le long de vos bras, de votre colonne vertébrale, de votre cou ; elle se déplace aussi le long de vos jambes. » (*Ibid.*, p. 71). Cette énergie est porteuse d'effets provenant de stimulations naissant au plus profond de nous-mêmes : « C'est ce courant de l'énergie qui crée la fluidité, la plasticité du mouvement corporel, qui nous sont si nécessaires. Cette ligne interne vient des plus profonds replis de notre être. L'énergie qu'elle engendre est saturée des stimuli provenant des émotions, de la volonté, et de l'intelligence. » (*Ibid.*, p. 89). A partir des écrits de Stanislavski, je propose d'envisager cette énergie comme le patron du geste, au sens d'un dessin mais aussi d'un dessein existant avant le geste, elle crée le lien entre extériorité et intériorité : « Cette sensation intérieure d'une énergie passant à travers le corps, nous l'appelons sens du mouvement. [...] Je sais que la plasticité extérieure est fondée sur notre sensation intérieure du mouvement de l'énergie. » (*Ibid.*, p. 92).

Ce "sens du mouvement" stanislavskien, qui est un courant d'énergie propre au corps permet de sortir d'habitudes, de suspendre ses représentations. Delbono (2004a) va plus loin en nous partageant que le corps a sa propre façon de penser : « - Le corps est mon outil d'acteur, le mouvement précède la pensée. - *C'est-à-dire ? Les mouvements sont générés par des émotions ?* - Le corps pense de façon autonome. Sans la tête. C'est ce que nous recherchons dans le training, lorsque nous livrons notre être au bassin. » (p. 50). On peut concevoir que cette "pensée du corps" permet de sortir de l'anticipation, de la conceptualisation. Cette "pensée du corps " offre un autre chemin pour la création comme souligne Beck (1978) : « Chaque fois que nous travaillons physiquement, nous trouvons des choses que nous ne pourrions jamais trouver si nous ne faisons rien d'autre que penser. » (p. 83).

Pour Grotowski, ce sens du mouvement est appelé organicité et est différent de celui de Stanislavski. Pour ce dernier, il s'agissait de trouver comment rendre le plus naturel, le plus authentique possible, le jeu des acteurs dans une reproduction de la vie. Pour Grotowski, l'acteur n'est pas là pour reproduire mais pour faire un don de sa personne : « Pour Stanislavski, le terme d'"organicité" signifiait les lois naturelles de la vie "normale" qui, par le moyen de la structure et de la composition, apparaissent sur scène et deviennent art, tandis que pour Grotowski, l'organicité renvoie à quelque chose comme la potentialité d'un courant d'impulsions, un courant quasi biologique qui vient de l'"intérieur" et qui va vers l'accomplissement d'une action précise. » (Richards, 1995, p. 153). Cette organicité vient de



la profondeur et n'est pas uniquement physique. « L'impulsion est quelque chose qui pousse de l'"intérieur" du corps et s'étend vers la périphérie ; quelque chose de très subtil, né "dedans le corps", et qui ne vient pas d'un domaine uniquement corporel » (*Ibid.*, p. 155-156). Elle offre à l'acteur un acte fondateur, un acte d'amour, en premier lieu vis-à-vis de lui-même. « L'acte de l'acteur – écartant les demi-mesures, se révélant, s'ouvrant, émergeant de lui-même en opposition à la fermeture – est une invitation au spectateur. Cet acte peut être comparé à un acte profondément enraciné, un amour véritable entre deux êtres humains – ce n'est qu'une comparaison dans la mesure où nous pouvons nous référer à "l'émergence de soi-même" par analogie. Cet acte, paradoxal et extrême, nous l'appelons acte total. » (Grotowski, 1971, p. 214).

Pour Barba (2004), ce courant d'impulsions précède l'action, il la nourrit, il est la dynamique invisible du geste : « Dans l'instant qui précède l'action, quand toute la force nécessaire est déjà prête à se déployer dans l'espace, mais comme suspendue et encore tenue en bride, l'acteur éprouve son énergie sous forme de *sats*, autrement dit préparation dynamique. » (p. 96). Cette impulsion d'action est un entrelacement entre pensée et corporalité, c'est une forme de pré-mouvement : « Le *sats* c'est le moment où l'action est pensée/agie par l'organisme tout entier qui, même dans l'immobilité, réagit par des tensions. C'est l'instant où l'on est décidé à faire. » (*Ibid.*, p. 96).

Avoir un corps décidé (Barba, 2004) est le fait que le corps se laisse décider, non pas par sa propre pensée, par sa propre volonté ; un corps à la fois passif et actif, un corps se laissant traverser, un corps se laissant enseigner : « Être décidé, est une expression grammaticalement paradoxale, où une forme passive prend une signification active et où l'indication d'une disponibilité énergétique à agir se présente comme voilée par une forme de passivité. Ce n'est pas une expression ambiguë, mais hermaphrodite, qui réunit action et passion. » (*Ibid.*, p. 61). Il y a donc dans le corps une force qui mobilise la personne de manière plus intense, plus profonde que quotidiennement.

Pour rentrer en lien avec ce "sens du mouvement" stanislavskien, cette organicité grotowskienne ou ces sauts d'énergie (*sats*) pour Barba, il faut donc être à la fois passif et actif : « Agir – c'est-à-dire réagir – non pas pour conduire le processus, mais pour se référer à des expériences personnelles et être conduit. Le processus doit nous prendre. Dans ces moments, il faut être intérieurement passif, mais extérieurement actif. Si l'on commence trop tôt à diriger le travail, le processus est bloqué. » (Grotowski, 1971, p. 205-206). Pour cela, il faut, nous dit Stanislavski en parlant des actions physiques dans l'étude d'Autant-Mathieu, diriger

notre attention vers le vivant de notre corps, le reste suit naturellement, sans forcer : « Si vous orientez correctement la vie de votre corps alors la vie de l'esprit viendra d'elle-même, alors votre action psychique sera juste et vous ne forcerez pas votre sentiment. La nature de ce sentiment sera juste aussi. » (Autant-Mathieu, 2007, p. 51).

Pour Bois, qui, contrairement aux auteurs cités précédemment, n'appartient pas au monde du théâtre mais à celui des sciences de l'éducation, c'est par le travail de l'attention perceptive que la personne sortira d'une attention, d'une préoccupation orientée vers le passé. Leão (2005) explique que « son travail nous plonge dans l'univers immédiat propre à la perception, loin de toute remémoration volontaire du passé. » (p. 210). C'est par la voie de la perception du corps que la personne trouvera un lieu en elle qui n'est pas perturbé par sa psychologie, un lieu plus proche d'un essentiel, un lieu plus organique. Cette voie perceptive « propose la mise à jour d'un potentiel organique commun à tous les êtres humains et à l'abri, autant que possible, du chaos de l'histoire individuelle. » (*Ibid.*, p. 209).

Pour Bois, le champ du Sensible étudie l'espace d'entrelacement entre le corps et l'esprit, entre organicité et subjectivité. Le Sensible concerne un corps qui porte une connaissance, qui sait, différemment de moi-même : « Le Sensible est donc ce corps qui déploie et actualise sa sensibilité potentielle au-delà même des capacités de perception habituelle du sujet. » (Austry & Bois, 2007, p. 7).

L'animation propre au corps observée dans l'approche du Sensible, différente du sens du mouvement ou de l'énergie Stanislavskienne, du courant d'impulsion organique Grotowskien ou des *sats* de Barba, est le mouvement interne. « Ce mouvement est dit "interne" au sens où il anime la profondeur des tissus de notre corps d'une mouvance invisible de l'extérieur ; il est pourtant actif quelle que soit notre activité, [...] et rythme l'ensemble de notre intériorité corporelle selon une organisation spatiale et temporelle précise. » (Berger & Bois, 2011, p. 118).

Pour rencontrer cette animation corporelle, des stratégies d'apprentissage (développées dans le point C) permettent à la personne de rencontrer une intensité vivante à l'intérieur d'elle : « L'enrichissement perceptif [de la personne], la mise à disposition d'informations sensibles en elle-même et à propos d'elle-même contribue à construire une présence à soi et un fort sentiment d'exister dans son rapport à elle-même, aux autres et au monde. » (Duprat, 2009, p. 375).

Comme cela apparaît dans mon récit de création, l'expérience donnée à vivre dans l'approche du Sensible peut-être bouleversante : « *En effet, cette expérience première du*

*mouvement interne et donc du Sensible, était trop grande, trop intense, trop différente, étrangère même, pour ne pas dire étrange.* » (589-590). Elle entraîne des changements, non seulement dans la manière de se percevoir mais également dans notre manière de voir la vie, notre vie : « La personne qui fait cette expérience [du Sensible] est amenée à transformer radicalement ses représentations initiales. » (*Ibid.*, p. 375).

Riche des ces différents éléments, nous pouvons donc regarder l'expérience du Sensible comme étant « la qualité des contenus de vécus offerts par la relation au mouvement interne, et la qualité de réceptivité de ces contenus par le sujet lui-même. Le mouvement interne étant l'ancrage premier d'une subjectivité corporéifiée. Sous ce rapport, le sujet découvre un autre rapport à lui-même, à son corps, à sa vie, il se découvre *sensible*, il découvre la relation à son *Sensible* ». (Bois & Austray, 2007, p. 7). L'approche du Sensible vient enrichir les différents points de vue, allant du sens du mouvement à l'organicité, permettant de revisiter le corps comme voie de passage d'un renouvellement de la personne.

On peut considérer, au regard de ces différentes approches, que le corps peut être un lieu qui soit une source de renouvellement et de créativité, un lieu porteur d'un souffle de vie que la langue a du mal à saisir, à définir. Pourtant, cet entrelacement entre corps et pensée, entre cœur et organicité, entre mouvement interne et mise en action, est l'endroit du renouvellement de soi... et de l'acteur.

Ainsi, comme le décrit Dullin (1946), acteur et metteur en scène français, « Cette manifestation à la fois animale et spirituelle, où l'âme et le corps éprouvent le besoin de se fondre en quelque sorte pour extérioriser un personnage, me donnait la possession de ce personnage et me dictait en même temps d'une manière plus générale une des grandes lois de l'art du comédien » (p. 41). Rencontrer ce qui nous touche au plus profond de nous-mêmes et pouvoir le transmettre est un fondement de l'art de l'acteur. Cette recherche constante qui anime différents chercheurs du monde théâtral, mais aussi de l'éducation comme Bois, peut prendre plusieurs chemins. Par exemple, Brook (2006) constatant, en comparant son travail à celui de Grotowski, que : « La recherche d'un mouvement qui peut toucher chacun par sa pureté même était aussi à la base de notre travail. A travers un simple geste, fait d'une certaine manière, un acteur est capable de captiver l'attention toute entière. Dans ce simple geste sont réunies pureté, transparence et clarté. Tandis que Grotowski, pour trouver la pureté, étudiait ce qui n'avait rien à voir avec la vie ordinaire, nous découvrons, de notre côté, à

l'inverse, que l'on pouvait trouver la même pureté à travers des gestes simples, les plus ordinaires, de la vie quotidienne. » (p. 17).

Cette intériorité sensible, vivante et émouvante n'existe pas dans une sorte d'improvisation, dans un "flou artistique", elle est organisée. Il y a une cohérence interne qu'il faut d'abord rencontrer pour ensuite l'appréhender par des exercices appropriés.

## **B. Le corps vécu comme lieu structuré et cohérent.**

Concernant la découverte du corps vécu comme lieu de repères, je constate que c'est principalement à travers mon travail avec Ludwik Flaszen, co-fondateur du théâtre laboratoire avec Grotowski, que j'ai rencontré cette nouvelle notion. C'était un travail essentiellement expérientiel, Ludwik Flaszen ne communiquait pas sur ce qui sous-tendait son travail. Il connaissait néanmoins la posture nécessaire à l'émergence d'une créativité et savait comment nous y emmener. Il avait une méthode. Celle-ci était orientée suivant trois axes : « Premièrement, stimuler le processus d'autorévélation, allant jusqu'au fond du subconscient [...]. Deuxièmement, savoir articuler ce processus, le discipliner et le convertir en signes. [...] Troisièmement, éliminer du processus créateur la résistance et les obstacles dus à son propre organisme, tant physique que psychique (les deux formant un tout). » (Grotowski, 1971, p. 96).

Je sentais que mon corps pouvait receler des informations qu'une autre personne, grâce à son expérience et son savoir faire, pouvait déchiffrer. Ludwik Flaszen mobilisait les acteurs et les confrontait, par les exercices proposés, à leur capacité de courage, de détermination, à leur peur de l'autre, à l'accueil de sa différence : « J'observe l'acteur tout en lui suggérant des exercices qui l'obligent à une mobilisation psychologique et physique totale. Je l'observe à un moment de conflit, de jeu ou de flirt avec un autre, à ces moments où quelque chose change automatiquement. [...] On peut définir plus exactement les facteurs qui font obstacle à ses réactions naturelles et le but des exercices est alors de les éliminer. [...] Notre technique est négative, pas positive. [...] Je veux enlever, arracher à l'acteur tout ce qui le dérange. Ce qui est créateur restera en lui. » (*Ibid.*, p. 175-176).

Ainsi, si le corps apparaît bien comme un lieu de repères pour la création théâtrale, il reste nécessaire que l'acteur lui-même puisse apprendre à rentrer en relation avec son corps pour comprendre comment il fonctionne. En effet, je cherchais à cette étape à comprendre comment je fonctionnais, comment ce corps qui était le mien, s'organisait.

C'est ma rencontre avec le travail d'Eugénio Barba qui m'a aidé en ce sens. En effet, il a cherché à aider l'acteur en lui permettant de rencontrer une organisation du corps en situation de représentation. En tant qu'acteur et dans le monde théâtral, cette organisation est orientée vers la représentation. Quelle(s) stratégie(s) met-on en œuvre pour gagner en présence ? Le souci permanent de Barba de trouver les fondements universels du théâtre explique la création, en 1979, de l'ISTA (International School of Theatrical Anthropology), qui se propose de pousser plus loin les recherches sur le dialogue entre des formes artistiques d'origines culturelles différentes. Barba (2004) définit ainsi l'Anthropologie Théâtrale : « l'Anthropologie Théâtrale est l'étude du comportement scénique pré-expressif qui est à la base des différents genres, styles et rôles, mais aussi des traditions personnelles ou collectives. [...] Dans une situation de représentation organisée, la présence physique et mentale de l'acteur se modèle selon des principes différents de ceux de la vie quotidienne. » (p. 29). Il précise encore : « l'Anthropologie Théâtrale désigne un nouveau secteur de recherche : l'étude du comportement pré-expressif de l'être humain en situation de représentation organisée. » (p. 30).

Barba présente cette situation de représentation comme une situation extra-quotidienne dont Volli (1985) donne la définition : « On appelle extra-quotidiennes un ensemble de techniques très différentes entre elles qui se rapportent à des rôles très précis, le plus souvent publics [...]. L'homme en situation de représentation (et Barba extrapole à toutes les situations où ces techniques sont utilisées) doit attirer le regard ou du moins ne pas ennuyer, ne pas éloigner l'attention ; il doit en somme faire en sorte que sa simple présence apporte quelque chose à celui qui regarde. Cela exige un travail au sens matériel et concret du terme. [...] Celui qui met ces techniques en œuvre doit travailler, c'est-à-dire déployer de l'énergie, se fatiguer pour donner un poids à sa présence. » (Cité dans Barba, 1985, p. 117-118).

Barba dégage de ses observations des situations de représentation, des lois qu'il va ensuite mobiliser pour le travail de l'acteur. Il ne propose pas une technique reproductible mais plutôt une posture dans laquelle l'acteur devra trouver son chemin : « Ici » dit-il (2004) « tu trouveras des tuyaux, des conduits, quelque citernes, mais tout est à sec. Ton eau, personne ne peut te la donner. » (p. 83). Je prendrai l'exemple de "l'équilibre de luxe", une des lois extra-quotidiennes, pour présenter cette approche. Habituellement, dans la vie, nous avons une stratégie d'économie du geste, du moindre effort gestuel mais lors de représentations, le *déséquilibre* dilate la présence scénique de l'acteur. Ainsi, pour Barba (1985), « Cette déformation de la technique quotidienne du corps, cette technique extra-

quotidienne, se fonde essentiellement sur une altération de l'équilibre. Sa finalité est une situation d'équilibre instable permanent. En refusant "l'équilibre naturel", l'acteur intervient dans l'espace par un "équilibre de luxe", un équilibre inutilement complexe, apparemment superflu et qui demande beaucoup d'énergie. » (p. 29). Ces lois visent la modification des habitudes quotidiennes, elles apportent une vie pré-expressive à l'acteur. En effet, pour Barba (2004), « Elles la caractérisent avant même que cette vie commence à vouloir représenter quelque chose. » (p. 41).

A la différence de Barba ou Grotowski par exemple, Bois choisi de regarder le corps de l'intérieur, de la perception que la personne en a. Lorsque l'on rentre dans l'intimité du corps, on peut observer et plutôt percevoir qu'il possède une architecture interne. Il est possible, après un entraînement perceptif, de rentrer en relation avec une organisation invisible du mouvement dans le corps. Cette partition, dans l'approche du Sensible est appelée biomécanique sensorielle<sup>29</sup> (Bourhis, 2005). « Elle est constituée de principes physiologiques invariants qui lui servent de tuteurs dynamiques et lui permettent d'être habitée dans son expression. » (Leão, 2005, p. 253). La particularité de cette architecture interne est qu'elle est dynamique, elle est porteuse d'une force motrice qui va orienter le geste dans l'espace. Elle crée du lien entre intériorité et extériorité, elle permet que « sentir et agir coïncident au sein de l'expérience du mouvement. » (*Ibid.*, p. 253).

Je ne rentre pas ici dans l'explication détaillée de l'approche de la biomécanique sensorielle. Je choisis des éléments qui m'ont aidé dans la construction de mon projet de codifié, notamment la composante linéaire du mouvement : « Tout mouvement est structuré à partir de l'association de deux formes fondamentales : une composante circulaire et une composante linéaire. » (*Ibid.*, p. 257). Ce mouvement linéaire n'est pas de l'ordre de la volonté : « Le mouvement linéaire est "intentionnel" et n'est pas produit par la force musculaire (aucun muscle n'a la faculté à lui seul de produire un mouvement linéaire.) » (Bourhis, 2005, p. 31).

Ces mouvements linéaires portent le nom de "mouvements de base" et font partie de l'organisation du geste mobilisant l'intégralité du corps : « Avec l'entraînement, chaque mouvement de base ou mouvement linéaire intentionnel entraîne la participation de tous le corps dans l'action et la sensation. » (Eschalié, 2009, p. 39). Ainsi, lors de l'effort

---

<sup>29</sup> Biomécanique sensorielle : étude du comportement des différentes structures anatomiques en action, pendant le déroulement de l'action. Par conséquent, elle se définit également comme l'art d'entrer en relation avec l'organisation spatiale et temporelle d'un mouvement en cours. (Bourhis, 2005, p. 9-10).

attentionnel de la personne, celle-ci peut se rendre compte de l'enrichissement apporté par les mouvements de base mais aussi de la globalité de présence qu'elle offre. Pour Leão (2005), « La relation du percevant à son corps va se trouver profondément modifiée par un cadre d'expérimentation qui sollicite spécifiquement la perception de la composante linéaire du mouvement. Quand cette dernière entre dans le champ perceptif, la composante circulaire s'intègre totalement dans la globalité du corps, la perception est à son maximum et la moindre animation articulaire est aussitôt repérée, sans pour autant rompre la présence à la globalité. » (p. 258-259).

L'autre effet structurant important du mouvement de base est qu'il est le vecteur d'une intention : « La composante linéaire du mouvement est porteuse de l'intention directionnelle qui anticipe le mouvement effectif : elle joue un rôle de vecteur qui inscrit le geste dans son projet spatial. » (*Ibid.*, p. 260). Cette intention existe avant le geste visible, elle est anticipatrice, comme si elle prévenait le corps de l'orientation qu'il va prendre. Cette intention directionnelle est identique au patron invisible d'un geste visible. Pour Grotowski, la dynamique intentionnelle d'un geste (il ne parle pas de mouvement de base), peut être perçue comme un pré-mouvement porteur d'une potentialité et remplissant l'immobilité gestuelle d'une présence. Aussi, pour lui (cité par Barba, 2004), l'intention est « comme une sorte de silence qui précède le mouvement, une sorte de silence chargé d'un potentiel, mais il [le pré-mouvement] peut se réaliser aussi comme une sorte d'arrêt de l'action à un moment déterminé. » (p. 97). Toute intention d'acte apparaît bien comme une dynamique spatiale, que cet acte soit moteur, affectif ou psychologique, et commence dans l'invisible du corps. Mais pour se matérialiser, il a besoin de structure ; les mouvements de base donnent l'assise du geste, les schèmes associatifs vont les compléter.

Le corps est donc structuré selon des formes fondamentales qui l'aident à réaliser un geste moteur de manière simplifiée. Ces formes ou cette synergie de mouvement selon Bernstein (1967) aide le cerveau dans sa tâche de gestion du geste qui peut être complexe. Dans le contexte du champ du Sensible et de son éducation perceptive, il est possible de rencontrer consciemment cette structure fondamentale : « Le cadre de prospection perceptive du Sensible permet d'expérimenter le mouvement jusque dans cette organisation première. » (Leão, 2005, p. 262). Pour Leão, le corps, mais aussi la personne, rencontrant cette organisation du geste, s'en retrouvent nourris d'une cohérence mais aussi d'une unité renouvelée : « Accéder au bénéfice de cette force [...] permet de passer du fait de se mouvoir

au plaisir de s'émouvoir, et nous fait accéder à la saveur intime d'un geste qui nous concerne en profondeur. » (*Ibid.*, p. 263).

Les schèmes identifiés dans le champ du Sensible (Bourhis, 2005) sont au nombre de huit. Je développerai ici seulement ceux que j'ai utilisés pour la création du codifié des personnages du Sensible. Ces derniers sont ceux d'antériorité et de postériorité déployant une divergence et une convergence.

Pourquoi ces deux schèmes particulièrement ? Parce qu'ils permettent l'entrelacement de la structure du corps - son squelette - et de sa dynamique - ses muscles. Ils permettent aussi l'expression de tout un nuancier expressif allant du recul, du repli sur soi à l'ouverture, à l'engagement dans le monde. Cette structuration fondamentale organique est présente tout au long de la vie de la personne. Dans ce qui va suivre, je développerai ce qui sous-tend ces schèmes en m'appuyant sur des travaux réalisés principalement en psychomotricité. Étonnamment, en somato-psychopédagogie, le lien entre structure anatomique et construction de la personne a été peu ou pas étudié. D'un côté, la somato-psychopédagogie repose sur toute la biomécanique sensorielle qui structure l'accompagnement manuel et gestuel et vise à éveiller un monde de sensations, mais ce, dans un cadre physiologique. D'un autre côté, elle interroge le rapport de la personne à ses perceptions et à l'enseignement qu'elle en retire. Cependant, on trouve peu de recherches approfondies ou de modèles vraiment constructifs pour rendre compte des rapports entre posture, tonus et psychologie. C'est comme si l'on passait des sensations aux représentations sans s'interroger sur les rapports entre la structure qui sous-tend ses sensations et la nature des représentations naissant des sensations portées par cette structure. Il existe certains éléments, plutôt pratiques, éclairant ce lien. La "psychologie de l'étoile" (Eschaliér, 2009) est un exemple de lien entre psychologie et forme du corps en mouvement mais qui n'a jamais fait l'objet d'une étude précise. La spirale processuelle du rapport au Sensible (Bois, 2007, p. 289), fruit de la thèse de doctorat de Bois, définit quant à elle un rapport entre perception et dynamique existentielle, certaines pistes du rapport entre sentiment d'existence et personnalité sont partagées dans cette thèse. D'un point de vue pratique, la lecture du mouvement réalisée par les somato-psychopédagogues, est également un outil s'appuyant sur le lien entre mouvement du corps et psychisme, mais qui n'a pas été modélisé et étudié au niveau universitaire. Je souhaite donc me nourrir de l'approche de la psychomotricité et principalement des travaux de la Pr. Robert-Ouvray, qui s'appuie sur le lien entre l'aspect structural de l'organisation motrice et le développement de l'enfant.



La psychomotricité, interrogeant le développement de l'enfant mais aussi le rapport entre corporalité et psychisme, s'appuie généralement sur la modulation tonique comme structure sur laquelle ce développement s'inscrit. Cette modulation prend elle-même appui sur une architecture existante qui est le corps. Ainsi pour Robert-Ouvray (2007), « Nos muscles sont donc dans un rapport d'antagonisme avec notre squelette : le squelette s'effondre et se replie sur lui-même alors que les muscles le poussent et le redressent vers le haut. Cette dialectique permet à l'homme de s'enrouler sur lui-même ou de se redresser sur ses pieds selon ses besoins et ses désirs. Le mouvement d'enroulement-redressement est un mouvement fondamentalement humain. » (p. 30).

Selon Robert-Ouvray (2007), il faut interroger le rapport entre le corps, vécu comme organisation dynamique, et la psychologie de la personne : « A ma connaissance, personne n'a soulevé le problème de l'aspect structural de l'organisation motrice dans le développement de l'enfant et de son éventuelle participation aux processus visant l'unité psychosomatique. » (p. 19). C'est sur cette structure organique que vient se développer un dialogue tonique.

Pourtant, pour elle, le schème fondamental, propre à l'être humain, est celui d'enroulement qu'elle nomme *schème de base*. Il « est le paradigme de tous les mouvements du corps. C'est la plus petite unité motrice structurée de notre organisation motrice [c'est un schème d'enroulement]. Ce sont des unités élémentaires motrices qui appartiennent au répertoire moteur de notre espèce et il n'est pas possible de les associer et de les combiner de façon différente. » (*Ibid.*, p. 34). L'unique façon de nuancer ce schème est la variation tonique naissant entre l'envie du corps de s'enrouler et celle de se redresser : « La seule dimension variable de cet ensemble articulé humain est la tension de structure engendrée par le conflit rotatoire ; un excès ou une faiblesse de cette tension conflictuelle favorisent [...] les douleurs musculaires et articulaires. » (*Ibid.*, p. 34). Par conséquent, il faudra regarder non seulement ce qui est moteur, mais surtout ce qui est de l'ordre de son influence sur le fonctionnement global du corps : « La mécanique n'est alors plus seule en cause et il faudra tenir compte dans l'analyse de ces phénomènes moteurs de la dimension physiologique de la tension du schème. » (*Ibid.*, p. 34), c'est-à-dire de sa reliance avec la globalité anatomique de la personne, de ses effets à distance.

L'acquisition motrice est alors le fruit d'un dialogue constant entre des parties opposées du corps qui vont se structurer autour du schème de base permettant à la personne son déploiement dans l'espace : « Nous pouvons maintenant définir l'intégration motrice comme la mise en rapport et la dialectisation de deux parties opposées du corps : main-épaule, tête-

bassin, pied-hanche, et le schème de base comme l'effet partiel de cette intégration, l'effet général étant l'enroulement de la structure globale du corps dans l'espace. » (*Ibid.*, p. 34).

Pour Wallon (2006) aussi, la dynamique de mouvement du corps est construite autour de cette alternance d'ouverture et de fermeture : « [...] La fonction motrice a donc deux aspects ou a deux phases, l'une de contact et d'échange avec l'extérieur, l'autre de résorption et d'accomplissement subjectif. » (p. 105).

L'autre grand schème rencontré dans mon travail n'est pas un schème moteur mais tonique : « *Le fait de varier les impulsions dans le corps, qu'elles soient délicates et pouvant s'étirer dans le temps ou, à d'autres moments, plus puissantes tout en étant brusques et rapides, provoquait des résonances nourrissant mon monde émotionnel en amont d'une réflexivité, d'une affectivité. Je veux dire par là que modifier les intensités des impulsions et leurs durées modifiait le tonus de mon corps. Par conséquent, les modifications toniques altéraient les émotions (quand nous sommes hypotoniques, nous sommes plutôt déprimés alors que lorsque nous sommes hypertoniques, nous sommes plutôt dynamiques voire agressifs).* » (142-149).

Dans le champ de la psychomotricité, ce dialogue tonique est constitutif de l'identité psychologique du sujet. Il s'enrichit progressivement en partant des extrêmes jusqu'à offrir un nuancier de plus en plus riche : « La bipolarité tonique utile au développement psychique de l'enfant est un mouvement continu d'alternance dans le temps : le pôle entièrement dur succède au pôle entièrement mou, qui laisse la place au pôle moins dur, puis au pôle moins mou, etc. C'est d'abord un mouvement primaire en tout ou rien qui tend à acquérir des positions intermédiaires de plus en plus nombreuses et de plus en plus variées. » (Robert-Ouvray, *op. cit.*, p. 154). Pour cette auteure, c'est cette circulation constante entre ces extrêmes toniques qui permet la construction psychique de la personne, notamment par la distinction faite entre extérieur et intérieur : « A partir de cette dynamique bipolaire, les enveloppes psychique et corporelle vont se constituer et aider à la différenciation du dedans et du dehors, ainsi que de soi et de l'autre. » (*Ibid.*, p. 154). La psychologie de la personne est profondément liée au dialogue tonique entre hyper et hypotonie : « La fonction psychique de la bipolarité tonique est donc intimement dépendante de la qualité de ses deux pôles primaires, l'hypotonie et l'hypertonie. » (*Ibid.*, p. 154).

Ce couple, cette structure tonique, renseigne à la fois l'extérieur de notre vécu émotionnel (c'est une expression), mais nous informe aussi de notre propre émotion, de notre psychologie. En effet, André, Benavides, & Giromini (1996) expliquent que « Pour

Ajuriaguerra, le dialogue tonique entre la mère et l'enfant permet "d'établir le premier couple antithétique : l'hypertonie d'appel et l'hypotonie de satisfaction". Ainsi, le tonus est à la fois communication de l'état émotionnel entre l'enfant et son environnement, mais il est aussi expression de son état psychique. » (p. 34).

Chaque vécu tonique porte donc en lui ses représentations qui vont se constituer progressivement au sein du dialogue tonique. Ainsi, pour Robert-Ouvray, « Dans le système intégratif, par opposition à l'hypertonicité qui étaye le dur, l'insatisfaction, le désagréable et le mauvais objet, l'hypotonie du rachis étaye le mou, l'agréable, la quiétude, le clair, la lumière, la douceur, la chaleur, l'objet d'amour. » (2007, p. 169). Par exemple, l'hypotonie est liée au laisser-faire, au laisser-agir : « L'hypotonie comme vecteur fantasmatique sera toujours liée au relâchement, à la confiance en soi et en l'autre, à la relation. Être détendu, c'est être dans la confiance avec la mère, c'est s'abandonner, se laisser porter. » (*Ibid.*, p. 170).

Ce n'est que lorsque le dialogue tonique est rompu que la pathologie risque d'apparaître : « L'hypertonicité ne devient pathogène que dans la mesure où elle ne peut pas se coupler rythmiquement avec l'hypotonie de détente. » (*Ibid.*, p. 178). Il est absolument indispensable pour l'équilibre psychique, qu'il n'y ait aucune rupture dans le dialogue entre les extrêmes toniques. Il vaut mieux que ces derniers ne soient pas dans une dynamique d'opposition mais maintiennent continuellement une circulation entre extériorité et intériorité. Robert-Ouvray (2007) associe la dialectique d'hyper et hypotonie à celle d'introjection<sup>30</sup> et projection : « Les deux systèmes physiologique d'hyper-hypotonie et psychique de projection-introjection sont régis par leurs propres lois de variations, mais ils sont fondamentalement liés entre eux sans aucune préséance de l'un sur l'autre. La qualité de l'introjection est dépendante de la souplesse et de la perméabilité de l'enveloppe tonique. Aussi, plus l'enfant vivra des états hypertoniques douloureux, moins il pourra introjecter des états de détente satisfaisante. » (*Ibid.*, p.172). Le codifié des personnages du Sensible permet de travailler constamment cette alternance tonique.

On a pu voir que le corps est structuré par des schèmes moteurs, sensoriels ou toniques. Cependant, un schème n'est pas un carcan faisant de nous des robots et nous enfermant dans un comportement prévisible. Il nous faut trouver comment, avec ou au travers de cette architecture interne, nous pourrions rencontrer voire créer un espace de liberté.

---

<sup>30</sup> L'introjection est un concept psychanalytique élaboré entre 1909 et 1912 par Sandor Ferenczi. L'introjection est un processus qui met en évidence le passage - fantasmatique - du dehors au dedans. Le concept est proche de celui d'identification et il est souvent opposé au mécanisme de projection.

L'approche expressive est une voie de passage permettant cet entrelacement entre structure et liberté. La sensation d'entrelacement entre structure et liberté a été vécue grâce à la forme clownesque mais aussi grâce à l'improvisation.

La forme théâtrale du clown peut être un outil important utilisé comme révélateur du personnage, il est le plus petit masque du monde. Il offre à l'acteur une opportunité d'expérience plus grande que sa propre vie quotidienne. Ainsi, pour Cervantès & Germain (2009), « Le travail du clown commence quand un être intérieur aspire à sortir dans le monde. Il faut d'abord que l'acteur ait la conviction de l'existence de cet être, et qu'ensuite il ressente la nécessité de lui laisser la place, parce qu'il est plus vivant que lui qui n'est qu'une enveloppe, avec des envies et des habitudes mécaniques. Il faut que l'acteur admette qu'il n'est pas en vie, et que la seule personne qui peut goûter la vie sur terre, c'est l'être intérieur. » (p. 13). François Cervantès et Catherine Germain rejoignent en cela Grotowski (1971) qui nous dit que « quotidiennement, c'est à moitié seulement que nous vivons » (p. 93). Pour Grotowski, il y a une nécessité de dépassement, d'entraînement à dépasser nos limites pour accéder à un état supérieur : « C'est l'action de se mettre à nu, de se dépouiller des protections de la vie quotidienne, de s'extérioriser. Non pas "pour se montrer", car se serait de l'exhibitionnisme. L'acteur doit être prêt à être absolument sincère. C'est comme une marche vers le sommet de l'organisme de l'acteur, en laquelle conscience et instinct sont unis. » (*Ibid.*, p. 176).

Le deuxième élément permettant cet entrelacement entre structure et liberté est l'improvisation. Mais qu'entend-on par improvisation ? Dans le quotidien, l'improvisation a une réputation plutôt négative : vite faite, non préparée, donnant l'impression d'un bouillonnement brouillon et partant dans tous les sens, elle est perçue généralement comme n'ayant pas de structure. Or, dans l'approche théâtrale, c'est tout le contraire. Il s'agit de créer à partir de son vécu une chorégraphie organisée : « Il s'agit de faire naître sur scène - et sans aucune préparation - une création personnelle qui ait des qualités scéniques comparables à celles d'une production préparée. » (Bonange, Sylvander, 2012, p. 122). Les auteurs nuancent plus loin leur propos concernant l'absence de préparation en nous informant « qu'un entraînement bien conduit permet de réaliser des improvisations d'un bon niveau » (*Ibid.*, p. 123).

Grotowski (1968), quant à lui, ne parle pas d'improvisation mais plutôt de "spontanéité lucide" car, pour lui, il est nécessaire d'allier une conscience restituant chaque instant vécu avec le jaillissement de l'organicité, ce courant d'impulsion autonome, spontané

et authentique. C'est pour lui le moyen d'éviter une spontanéité désordonnée, brouillonne et d'accéder à « une spontanéité sur un niveau plus haut que la spontanéité primordiale. Le niveau lucide de la spontanéité. » (Audio, *Entretien France Culture*).

Dans ce corps vécu comme structuré, cohérent, possédant des repères et une architecture propre ne limitant pas la personne, apparaissent des postures pouvant entrer en résonance avec lui. La posture est une organisation globale de la personne qui lui offre stabilité et cohérence. « La posture se définit comme la position relative des différents segments corporels dans l'espace, les uns par rapport aux autres, tout en maintenant une cohésion de l'ensemble correspondant à un état d'équilibre du corps » (Paillard, cité par Bourhis, 2002, p. 13). Cette organisation posturale est perçue, vécue grâce à un travail attentionnel. Se percevoir c'est déjà être présent à soi-même, mais c'est aussi parce que l'on pose son attention sur soi que la présence se donne : « L'acte de percevoir semble devenir le fait d'une présence corporéifiée qui se capte elle-même en temps que présence. » (Leão, 2005, p. 213). La posture corporelle n'est pas fixe mais en constante activité de maintien de son équilibre. De plus, elle est en relation constante avec d'autres sens extéroceptifs : « L'activité posturale est en connexion nerveuse avec les centres de l'éveil et des émotions. Elle se trouve au carrefour des voies nerveuses [...] sensorielles (extéroception), comme le tact, l'audition, la vision. Cette référence visuelle de la posture est prédominante chez l'enfant jusque vers 4 ans, celle-ci constitue un "référentiel exocentré" selon Servant Laval (2010), qui précise : la référence proprioceptive, dite « référentiel égocentré », deviendra ensuite prédominante avec l'affinement des coordinations de la musculature posturale. » (Internet, site de la faculté de médecine Pierre et Marie Curie).

L'activité posturale, de part sa position au carrefour des voies sensorielles, crée du lien entre posture physique et posture psychique. Par exemple, pour Wallon (2006), les dynamiques posturales permettent l'incarnation du vécu cognitif de la personne : « La plasticité posturale offre à l'activité mentale pure sa première étoffe. Elle ouvre aux impressions [...] l'accès des élaborations intimes. » (p. 108). C'est à partir des sensations et perceptions vécues que se construisent des représentations. Plus tard, les émotions naîtront d'un dialogue, parfois même de confrontation, entre l'organicité du corps structuré dans une posture et la psychologie de la personne : « Ils [les sentiments] sont le résultat d'une interférence ou même de conflits entre des effets qui appartiennent à la vie organique et posturale et d'autres qui relèvent de la représentation, ou connaissance, et de la personne. » (Wallon, 2006, p. 127). Pour Wallon, c'est même l'ensemble des réactions émotionnelles qui

dépendent de la dynamique posturale de la personne : « Toutes les autres [émotions] également, chacune à sa façon, répondent à des variations du tonus tant viscéral que musculaire, et procèdent par conséquent de la fonction posturale [...]. » (*Ibid.*, p. 123).

C'est pour cette raison, d'entrelacement entre posture et psychologie, qu'il faut leur accorder de l'importance selon Todd (2002) : « On n'accorde pas assez de valeur aux réflexes de posture. Or, ils entrent en jeu dans d'autres processus physiques et les modifient, tels que la respiration et le système respiratoire ; ils peuvent même influencer l'activité mentale. » (p. 77). Mabel E. Todd (1880-1956), enseignante en préparation vocale à l'université de Boston, est une pionnière dans la préparation du corps et de son lien avec la pensée. Son travail est considéré aujourd'hui comme déterminant dans l'évolution de la danse et dans le développement des pratiques somatiques et thérapeutiques. Ce dialogue constant entre structure physique et état psychologique de la personne interroge Todd. Il est évident pour elle que la globalité physique et la globalité psychique d'une personne sont inséparables et ont des effets l'une sur l'autre : « Tout déséquilibre structurel reflète un déséquilibre nerveux. La manifestation physique de difficultés provoque des dégâts dans le corps. Il résulte de la confusion mentale. En raison de l'unité de l'être physique, un déséquilibre, même le plus évident mécaniquement parlant, peut avoir un contrecoup global sur notre état mental et moral. Quelle que soit l'explication donnée au lien entre les changements émotionnels et physiques, nos attitudes corporelles influent, en vérité, autant sur notre pensée qu'elles évoluent en miroir de notre état mental et physique. » (*Ibid.*, p. 352-353).

Ce jeu postural commence à nous structurer et ce dès l'enfance et influence fortement nos activités relationnelles. C'est grâce à cette organisation motrice que les émotions apparaissent avant même le langage. Elles participent à la dynamique de relation de l'enfant avec le monde qui l'entoure : « [...] c'est par la fonction posturale [...] que le désordre gestuel va pouvoir se réduire et s'organiser et que les émotions vont pouvoir prendre forme et s'extérioriser. Un tel processus requiert et permet tout à la fois l'instauration d'une sorte de "dialogue" entre l'enfant et autrui, antérieur au langage comme à toute différenciation des termes de l'échange [...]. Ainsi les émotions et les attitudes représentent-elles la première forme d'activité de relation » (Bauthier, Rochex, 1999, p. 33).

Selon Robert-Ouvray (2007), c'est de cette alliance de structure entre l'organisation motrice d'une part et la dynamique relationnelle d'autre part, que l'enfant va pouvoir accéder à d'autres niveaux de connaissance psychologique. Il y a une interrelation entre perception motrice et organisation psychique : « En s'appuyant sur cette connaissance innée du jeu et de la dynamique relationnels, l'enfant va pouvoir mettre en rapport son niveau moteur avec

d'autres niveaux de son organisation psychomotrice. » (p. 36). De ces interrelations naissent, pour Robert-Ouvray, des homologies qu'elle définit comme « des ressemblances de positions de connexions, de structure et probablement d'origine entre la motricité comme organe différent du psychisme et cependant lié à lui d'une façon particulière. » (*Ibid.*, p.36). Elle en donne trois exemples. Le premier concerne la dynamique de rotation interne et externe, que l'on pourrait rapprocher des schèmes de postériorité<sup>31</sup> et d'antériorité<sup>32</sup> en somatopsychopédagogie, et de la représentation que peut se faire l'enfant de l'expérience de ceux-ci : « L'enfant a la connaissance proprioceptive de l'opposition de la rotation interne avec la rotation externe et de l'effet de rapprochement des deux parties de son corps [ex. : main-épaule, tête-bassin, pied-hanche] : il appréhende ainsi la relation constructive qui résultera de l'opposition de son désir avec celui d'autrui. » (*Ibid.*, p.36). Le deuxième concerne la connaissance proprioceptive que l'enfant a de sa colonne vertébrale et de la référence psychique que cette connaissance peut lui donner comme axe central : « L'enfant sait proprioceptivement que la rotation prend son sens (externe ou interne) par rapport à son rachis qui est l'axe corporel référent de la spatialité : il en retire une préconnaissance corporelle de l'existence d'un axe psychique qui fait la loi dans l'organisation et l'orientation des données relationnelles. » (*Ibid.*, p. 36). Le troisième exemple d'homologie résulte de la perception par l'enfant des modifications toniques ressenties dans son corps et de la connaissance que cette expérience lui offre de l'aller-retour entre intériorité et extériorité : « Il ressent que les réactions toniques d'une partie de son corps sont issues, soit de l'action des chaînes musculaires sous ou sus-jacentes, soit du contact avec des objets du monde extérieur : il a ainsi une connaissance psychique précoce du mouvement de va-et-vient du dedans vers le dehors, et du dehors vers le dedans. » (*Ibid.*, p. 37).

Quelle autre structure interne que le corps et sa dynamique sensori-motrice ? Pour Robert-Ouvray (2007), c'est en questionnant ce lien spécifique de la structure anatomique et de son agencement moteur avec l'élaboration progressive des champs représentationnels chez l'enfant que l'on peut regarder le développement de ce dernier à nouveaux frais. « En interrogeant le corps propre à travers ses hiatus psychomoteurs, nous avons pu éclairer le processus d'intégration à l'œuvre dans l'installation des liens entre le champ moteur et le champ psychique. » (p. 257). Pour Robert-Ouvray, il faut revisiter les préceptes freudiens du

---

<sup>31</sup> *Schèmes de postériorité* : postériorité, verticalité basse, circularité antérieure du tronc, rotation interne des membres supérieurs et inférieurs, pronation des avant-bras, expiration.

<sup>32</sup> *Schèmes d'antériorité* : antériorité, verticalité haute, circularité postérieure du tronc, rotation externe des membres supérieurs et inférieurs, supination des avant-bras, inspiration.

développement de la personne au regard de sa corporalité. L'enfant a aussi besoin d'unicité qu'il trouve dans la réalité de sa structure anatomique : « le besoin d'être entier, être complet disent les enfants, ne correspond pas uniquement à la formulation d'une angoisse de castration, d'une peur du manque et de l'incomplétude, mais il signe également un besoin subjectif de se créer comme une unité psychosomatique. » (p. 41). Dans cette structure interne et perceptive, construite autour de schèmes de base de divergence et convergence, la personne se confronte à une dialectique profondément humaine entre sa force de préservation et sa force de renouvellement : « Le projet psychique de l'être humain est l'acquisition progressive et l'établissement d'un jeu fondamental entre deux positions primaires : rester dans le même, dans la sécurité du connu, dans le déjà ressenti / aller vers le dehors, le différent, l'inconnu. » (*Ibid.*, p. 41). Cette dynamique interne développe une richesse infinie de propositions permettant à l'être humain de voyager dans un nuancier expressif. Elle se fait progressivement au sein de l'individu, intégrant les informations nouvelles, les distinguant chacune et renouvelant ses représentations : « L'homme présente la particularité de pouvoir lier dans un même tissu vivant, le temps et l'espace, le présent et le futur, l'amour et la haine, lui et autrui. Ces capacités émergent d'un processus d'intégration qui tisse dans le même temps, la différenciation des éléments et leur réorganisation. » (*Ibid.*, p. 260).

L'ensemble de ces repères - moteurs, sensoriels, toniques, posturaux, expressifs - vont permettre que s'élaborent des stratégies d'apprentissage ainsi que des voies d'enrichissement autant perceptives que cognitives.

### **C. Le corps vécu comme lieu d'enrichissement perceptif, expressif, cognitif**

Pour enrichir son expérience, pour pouvoir accéder à des informations nouvelles, il faut certaines conditions : comme le dit le proverbe, "une outre pleine n'accueille pas d'eau fraîche." J'ai pu constater, tout au long de mon parcours, que lorsque mon corps est en tension, crispé, il maintient ce qui est déjà là et ne se laisse pas transformer, enrichir par ce qui vient. Il va falloir déployer des stratégies pour le mettre et me mettre en confiance. Pour l'acteur, être en situation de représentation est une prise de risque. Ainsi, il est nécessaire pour Grotowski (1971) de créer un climat de confiance permettant le relâchement et par conséquent une créativité : « Le problème essentiel est de donner à l'acteur la possibilité de travailler "en



sécurité." Le travail de l'acteur est dans le danger ; il est soumis à un contrôle continu et à l'observation. Il faut créer une atmosphère, un système de travail dans lequel l'acteur sente qu'il peut faire absolument n'importe quoi, qui sera compris et accepté. C'est souvent au moment où l'acteur comprend cela qu'il se révèle lui-même » (p. 177). Pour apprendre, donc s'enrichir d'un savoir nouveau, dans ce climat de confiance, il faut parfois désapprendre lors d'exercices mobilisant l'entièreté de l'être. Pour cela, l'observation de la personne au cours de ses pratiques révèle ce qui la bloque, ce qui l'empêche d'atteindre cette part renouvelée d'elle-même : « L'acteur doit découvrir les résistances et les obstacles qui le gênent dans son travail créateur. [...] L'acteur ne se demande plus : "comment puis-je le faire ?". En revanche, il doit savoir ce qu'il ne doit pas faire, ce qui le bloque » (*Ibid.*, p. 101).

Cette *via negativa*, spécifique à l'approche Grotowskienne, est une voie de dépassement de soi. Elle nécessite des stratégies d'épuisement physique qui permettront un lâcher-prise de l'acteur ainsi qu'une rencontre avec une nouvelle dimension de soi : « Lorsque je dis "dépassez-vous vous-même", je demande l'"impossible". Parfois on est obligé de ne pas s'arrêter malgré la fatigue et de faire des choses que nous savons très bien ne pas pouvoir faire. Cela signifie qu'on est aussi obligé d'être courageux. A quoi cela mène-t-il ? Il y a certains points de fatigue qui brisent le contrôle de l'esprit, un contrôle qui nous bloque. Quand nous trouvons le courage de faire des choses qui sont "impossibles", nous découvrons que notre corps ne nous bloque pas. [...] Cette attitude, cette détermination est un entraînement pour aller au-delà de nos limites. » (*Ibid.*, p. 205).

Pour Barba (2004), afin d'accéder à cet entrelacement d'action et de relâchement, il faut plus spécifiquement s'entraîner, se confronter à la réalité de ses projets, de ce qui nous porte : « Le training est un test qui met à l'épreuve une détermination : jusqu'où est-on prêt à payer de sa personne pour ce que l'on croit et ce que l'on avance ? Est-on capable de surmonter le divorce entre intention et réalisation ? » (p. 85). Le "training" est plus qu'un simple échauffement sportif, c'est un temps que l'on prend pour déployer une capacité de concentration pouvant aller jusqu'à des moments expressifs : « Le training physique comporte des exercices très simples comme sauter, tourner, perdre l'équilibre, tomber au sol, suspendre l'énergie quand elle est à son maximum d'intensité. Mais il s'agit surtout de développer une concentration du corps, de maintenir une tension y compris dans l'immobilité. [...] C'est une danse de tout le corps qui fait surgir une "dramaticité". » (Delbono, 2004b, p. 31).

Stanislavski a, lui, progressivement mis en place la *ligne des actions physiques* pour trouver comment associer l'engagement du corps avec un maximum de relâchement, de laisser-faire. Il a développé cette stratégie d'apprentissage dans la deuxième partie de sa vie (à partir de 1935) pour montrer de manière naturelle la vie de l'esprit humain. Autant-Mathieu (2007) traduit sa pensée de la manière suivante : « Les actions physiques ne servent qu'à obliger les sentiments et notre subconscient à entrer en action. » (p. 234). Pour cela il faut se mettre en action, agir comme le contexte le demande et du coup, l'ensemble des sentiments, la vie intérieure du personnage se donnent : « Il faut agir. De toutes les façons, vous ne pourrez pas agir sans éprouver de sentiment, alors à quoi bon vous inquiéter et y penser, le sentiment viendra tout seul comme résultat de votre détermination à agir efficacement dans les circonstances proposées. » (*Ibid.*, p. 136-137). Il est nécessaire pour Stanislavski de respecter une cohérence vivante qui commence par le corps, qui respecte les lois de la nature ; alors rien ne pourra empêcher l'émergence de l'intériorité et des émotions : « Les actions physiques sont comme des clapets qui finissent par activer les sentiments, éveiller les sentiments correspondant à telle action.[...] Il faut donc commencer par l'action, mais pour éveiller les sentiments, pas uniquement pour agir.[...] Si la vie du corps humain est logique, alors la vie de l'esprit humain sera logique aussi. » (*Ibid.*, p. 269).

Pour Bois, apprendre à s'engager corporellement avec un maximum de relâchement, de laisser-faire se construit par une saturation attentionnelle orientée vers la perception. Autant avec Grotowski et Barba, j'ai rencontré une saturation de propositions physiques m'amenant à un épuisement et à un lâcher-prise, avec Bois cette saturation se fait par une sollicitation attentionnelle toujours renouvelée et évolutive dans ses propositions toujours plus sollicitantes. Cette sollicitation progressive permet d'accéder à l'entrelacement de la dynamique tonique du geste et d'un laisser faire, alors que les habitudes sont ancrées dans le corps et restreignent ses capacités adaptatives : « Les habitus moteurs et perceptifs révèlent un autre singulier dans le geste [...] : on bouge à sa manière, certes, mais de manière systématique. La singularité repose ici sur un ensemble d'empreintes autobiographiques qui empêche le geste d'explorer tous les possibles. » (Leão, 2005, p. 208). Il va donc construire une pédagogie sollicitant un déploiement des potentialités perceptives de la personne. « C'est à travers un montage de propositions perceptives progressives, allant du plus simple au plus élaboré, du plus superficiel au plus profond » (*Ibid.*, p. 209) que cette conscience perceptive se déploie. La lenteur du geste sera fondamentale, dans son approche, pour permettre à la personne de saisir toute la richesse d'informations contenues dans un mouvement. Elle permet

l'accordage de la pensée et du geste : « La lenteur est nécessaire à la saisie perceptive du déroulement de l'acte mais aussi d'une pensée qui se déploie en temps réel et se dilate dans le geste. » (*Ibid.*, p. 210).

Le corps est porteur d'informations souvent imperçues par la personne car enfermée dans trop d'habitudes gestuelles. Pour beaucoup d'auteurs, en rentrant en relation avec le corps, il est possible de créer un lien nous unissant à lui et à notre pensée. Nous avons parlé de l'interrelation entre la posture du corps et la manière de penser. S'interroger sur cette relation dans le champ de l'éducation somatique, pour Todd (2002), c'est développer un chemin plus respectueux de la vie et offrant un espace de liberté et d'adaptation nouveau : « Souvent, le corps traduit clairement ce que le langage refuse d'énoncer. Ce n'est qu'en comprenant comment les matériaux du corps réagissent aux forces de la vie que nous pourrions mieux nous adapter à elles dans la pensée. Changer d'attitude corporelle est une manière de changer d'attitude mentale. Et inversement, changer la seconde modifie assurément les premières. S'engager dans de tels changements ouvre la voie à une plus grande liberté d'action et à une meilleure protection du vivant. » (p. 353).

Pour cela, il faut entraîner le corps pour le faire sortir de ce qui est quotidien, habituel et qui nous enferme dans des stéréotypes, dans des réactions prévisibles. Dans le champ théâtral par exemple, Beck (1978), propose de développer les capacités créatives et cognitives de l'être humain, ce qu'il nomme "le normal" et qu'il oppose à ce qui est banal : « Entraîner le corps pour développer ses capacités normales. Développer l'imagination et l'intellect. Les exercices ne devraient pas servir le corps pour exprimer le banal. Nous voulons aller vers ce qui n'est pas encore connu de la conscience contrôlée qui nous détruit. Si la sensibilité n'est pas affinée par l'exercice, et que seul le banal est exprimé, nous demeurons ce que nous sommes, des êtres frustrés, insatisfaits, estropiés. » (p. 83).

Pour Bois (2009), l'objectif d'enrichissement perceptif a pour vocation de redonner à l'homme toute sa richesse car il n'est pas qu'un, limité à la représentation qu'il a de lui-même : « Je prenais conscience que l'homme à plusieurs visages » (p. 51). Pour cela, il crée un cadre d'expérimentation inédit qu'il nomme "cadre d'expérience extra-quotidien" (Bois, 2005, 2006, 2007 ; Berger, 2006). L'extra-quotidienneté pour Bois est un cadre d'expérience mobilisant une attention tournée vers le corps dans des conditions de lenteur favorisant un paroxysme perceptif : « Grâce à l'expérience extra-quotidienne, [...], la personne était encouragée à s'approcher de sa subjectivité corporelle et à observer ce qui apparaissait dans

son champ perceptif. » (*Ibid.*, p. 58). Le premier élément imperçu dans le corps, dans ce cadre d'expérience, est la découverte d'une animation interne qui est l'endroit d'où l'on peut appréhender des informations nouvelles mais qui est également l'outil permettant de les appréhender. C'est une intelligence autre que cognitive ou intuitive, c'est une intelligence sensorielle (Bourhis, 2012). Pour Berger & Bois (2008), « La matière, en tant qu'elle est animée du « mouvement interne », constitue pour nous à la fois *l'organe de saisie et le lieu où saisir* une connaissance de soi, du monde et des autres autre que la connaissance rationnelle, et même intuitive, que l'on peut en avoir. » (p. 11).

Cette connaissance est révélatrice d'imperçus qui témoignent, pour la personne, d'espaces vides d'elle-même, de parties non habitées de son corps. Dans le champ du Sensible, ces imperçus sont nommés « angles morts ». « Tous ces angles morts sont pour l'individu autant de secteurs inutilisés de son corps et de l'espace, autant de restrictions à sa liberté d'action et d'expression, de références manquantes dans son identité. » (Berger, 2004, p. 96). Ils sont nommés ainsi car ils sont bien présents mais non perçus par la personne, ils existent mais, n'étant pas reconnus, ils ne peuvent pas être utilisés par elle. Ils sont au nombre de douze (lenteur, déroulement du trajet, globalité, mouvement de base, séquences, orientations, amplitudes, symétrie sensorielle, différentes vitesses segmentaires, mouvements dissociés, évolutivité du mouvement et résonance du mouvement) (Berger, 2004). A partir de cet enrichissement perceptif la personne peut relier son vécu physiologique à sa capacité de réflexion et cette nature de questionnement est véritablement soignant comme le souligne Bois (2006) : « Ce qui est soignant [...], ce n'est pas la dimension psychologique mais la dimension pédagogique : car, à travers cette dernière, la personne se découvre, se ressent et acquiert une nouvelle façon de percevoir et de penser sa problématique. Il s'agit de réfléchir ou, plus précisément, d'apprendre à réfléchir autour de nouvelles expériences. » (p. 240). Ces stratégies éducatives ont été développées pour mieux accompagner le déploiement de sens naissant dans la rencontre avec l'animation interne propre au champ du Sensible : « Ce qui m'intéressait cette fois-ci était de comprendre comment les personnes accédaient aux significations véhiculées par cette relation au mouvement interne. » (Bois, 2009a, p. 59). Or, c'est cette nature d'apprentissage, entre expérience du corps et déploiement de sens, qui m'intéresse particulièrement pour mon projet. Nous allons donc approfondir l'approche de Bois et voir comment pourrait se déployer, selon lui, cette "intelligence du corps" pouvant renouveler mes représentations et enrichir ma personnalité.

Dans le paradigme du Sensible, l'intelligence du corps se déploie grâce à un véritable entraînement perceptif. C'est ce travail attentionnel tourné vers la perception de soi qui est déclencheur de la présence de la personne et de sa capacité à se situer dans son rapport aux autres. La personne rencontre une intensité de présence à elle-même, non pas grâce à sa pensée, mais bien grâce à l'expérience vécue, incarnée dans son corps : « Il s'agit d'une éducation de réappropriation de son corps, de manière non déformée et d'une affirmation de soi sur la base de contenus de vécu. » (Duprat, 2009, p. 367).

C'est le corps et son intelligence perceptive qui permettent de reconstruire, de rapprocher, de rassembler la personne avec elle-même : « A travers la médiation du corps, on peut amener une personne éloignée de son corps et par conséquent d'elle-même, à instaurer progressivement un rapport de présence à son corps. » (*Ibid.*, p. 365). Cette intelligence corporelle touche l'image que la personne a d'elle-même, le corps servant de médiateur avec l'aide de la perception : « On peut mesurer l'intérêt [...] que peut représenter une voie de passage qui ait un impact sur les représentations psychiques sans s'y adresser ou s'y confronter directement. » (*Ibid.*, p. 361). La perception est éducable et c'est par elle et par le corps qu'un processus de transformation, d'enrichissement, d'évolution est possible : « Ainsi la personne est-elle amenée à voir changer certaines représentations de son corps et d'elle-même à travers une éducabilité perceptive. » (*Ibid.*, p. 366). Bois (2009) a constaté le lien entre cette éducation perceptive et les effets que celle-ci provoquait dans les manières d'être, dans les représentations et jusque dans la personnalité : le Sensible, « permettait d'instaurer un nouveau rapport au corps, au vécu et à la pensée, entraînant dans son sillage une transformation existentielle de la personne qui vivait en conscience le Sensible. [...] Je constatai que cette relation au corps agissait sur l'identité de la personne. » (p. 56). C'est comme si la perception venait solliciter la personne dans sa biographie, dans son histoire mais avec la possibilité de regarder le passé de manière renouvelée : « Dans ce contexte perceptif, le passé de la personne semblait se réactualiser dans le présent sous forme de tonalités qui véhiculaient le souvenir enfoui d'un état, d'un rapport à un évènement » (*Ibid.*, p. 56). La nature de perception qui était à l'interface entre le psychisme et le corps est une qualité particulière de tonus appelé dans le champ du Sensible *psychotonus*. Rentrer en relation avec cette qualité tonique permet d'unifier la personne avec son propre corps : « Cette modulation tonique était le lieu d'unification du psychisme et du corps, elle sollicitait chez la personne des ressources attentionnelles d'un autre ordre. [...] Cette nature d'observation profonde ouvrait l'accès à une vie infra-psychique inexplorée jusqu'alors par la personne. [...] J'appelai cette reconstruction identitaire psycho-tonique "accordage somato-psychique" » (*Ibid.*, p. 60).

Cette modulation tonique, ce psychotonus va nourrir mon projet de création. Il sera comme une trame de fond à l'ensemble de la gestuelle du codifié des personnages du Sensible.

Bois n'est pas le seul chercheur a posé l'hypothèse d'une intelligence du corps. On sait par ailleurs que les activités motrices sont génératrices d'intelligence et participent au développement de l'intelligence en général (Piaget, 1936) ou de la personnalité (Wallon, 1934). On sait également qu'elles sont l'expression d'une intégration des informations sensorielles aussi bien chez l'adulte (Paillard, 1971) qu'au cours du développement (Streri, 1991). Ces phénomènes d'intelligence, liés au développement de l'enfant, se font sans orientation consciente de ce dernier sur le processus lui-même. C'est un processus "passif" dans le sens où l'enfant n'agit pas sur lui pour le modifier. Mais pour Bois, ce processus est éduicable et donc conscientisable, comme nous l'avons vu plus haut, par une éducation perceptive.

Regardons de plus près ce processus "passif" et voyons ce qu'il nous apprend sur le lien du corps et de la personnalité. Le corps s'éduque, il a sa propre intelligence, qui peut naître de l'interaction des activités motrices et des sensations qu'elles génèrent, c'est le couple sensori-moteur. Pour l'enfant, l'ensemble de cette activité est porteuse de savoirs nouveaux comme le précise Bullinger (2008) : « Cette période sensori-motrice se caractérise par le fait que les matériaux principaux qui alimentent l'activité psychique sont de nature sensorielle et motrice et que ces matériaux sont objets de connaissance. » (p. 70). C'est également la gestuelle dans l'espace qui est constitutive, de manière progressive, d'un référentiel perceptif pour l'enfant. Cet *espace des gestes*, comme l'appelle Bullinger, va permettre l'élaboration, la structuration pour l'enfant d'une image de soi en action : « La constitution de *l'espace des gestes* caractérise un deuxième type d'objet de connaissance. Il s'agit de coordinations sensori-motrices qui sont présentes pendant l'action et qui permettent que se forment des habitudes. [...] Leur expression est le geste lui-même. La répétition des gestes permet d'une part d'en affiner le contrôle, d'autre part de susciter « ici et maintenant » un ensemble de sensations qui permettent de constituer, pendant l'acte lui-même, une configuration sensori-motrice qui est une première représentation de l'organisme en action. » (*Ibid.*, p. 32).

Pour de nombreux chercheurs dans le domaine de la psychomotricité, la sensorialité joue un rôle important dans le développement de l'intelligence chez l'enfant mais aussi chez l'adulte : « Si l'on s'interroge sur les origines de la connaissance chez le bébé, c'est du côté de la sensorialité qu'il faut se tourner. La perception est en effet la source de toutes les connaissances, et pas seulement chez le bébé. » (Lecuyer, Pecheux, Streri, 1994a, p. 148). A

partir de sa perception, donc de sa sensorialité, l'enfant développe des stratégies pour se situer dans l'espace et interagir avec le monde qui l'entoure : « Il [le bébé] élabore des connaissances à partir de ses réflexes, comme par exemple connaître sa place dans l'espace et atteindre correctement des objets, voire développer mécaniquement des stratégies dans cet espace. » (*Ibid.*, 1994b, p. 70). C'est pour cela qu'incarner son propre corps est la tâche essentielle à laquelle s'attèle l'enfant, tâche nécessaire à son évolution personnelle mais aussi à sa capacité d'agir et de transformer l'univers autour de lui : « Habiter son organisme pour en faire son corps est une des tâches les plus importantes à laquelle est confronté le bébé dans son développement. Dans sa période dite sensori-motrice, le bébé apprend à habiter son corps, mais il en fait aussi un moyen d'action sur son milieu humain et physique. » (Bullinger, 2008, p. 151).

C'est notamment la proprioception, pleinement efficace à cette période de développement, qui permet à l'enfant de se sentir unique, entier, différent de l'extérieur : « Les bébés ont, de manière innée, la capacité de se distinguer de leur milieu car les stimulations proprioceptives contingentes à leurs mouvements fonctionnent à 100% d'efficacité causale [...]. » (Lecuyer, Pecheux, Streri, *op. cité*, p. 75). La proprioception, sixième sens, nous renseigne sur notre mouvement ; c'est le sens du mouvement (Berthoz, 2008). Ce sens rassemble l'ensemble des informations sensorielles provenant de toutes les parties du corps agissant pour le mouvement et l'équilibre postural. C'est donc en agissant que l'enfant perçoit ce qu'il fait, qu'il se construit : « Nous réservons le terme proprioception aux informations obtenues à partir des comportements qui mobilisent les muscles, les articulations, les tendons, le système vestibulaire et les voies efférentes qui spécifient le mouvement de soi. Dans cette perspective, il n'est pas absurde de penser que c'est dans l'action que le bébé structure son corps et se perçoit. » (Lecuyer, Pecheux, Streri, *op. cité*, p. 76). Lecuyer, Pecheux & Streri (1994b), font remarquer que malgré ces perspectives d'interaction entre dynamique motrice et perception, il n'y a pratiquement pas de recherche faite sur le sujet : « Nous avons relativement peu de données sur la façon dont le bébé conçoit son corps, peu d'études étant réalisées sur la proprioception, la manière dont le bébé prélève des informations sur ses propres actions, ses mouvements hésitants ou volontaires. » (p. 76). Bullinger (2008) confirme ce peu d'intérêt pour la dynamique tonico-posturale et en donne deux raisons. La première est la difficulté d'évaluation de ces modifications toniques et la seconde est un allant de soi qui considère le rachis et le tonus comme uniquement nécessaires à l'effectuation motrice et non comme agissant dans le développement de la psychologie de la personne : « On trouve, par contre, très peu de travaux portant sur le développement tonico-

postural de l'enfant. D'une part, parce que l'évaluation du tonus échappe le plus souvent aux tentatives d'évaluation métrique, d'autre part, tout se passe comme si l'axe corporel et son tonus n'étaient que le point d'appui organique nécessaire aux fonctions instrumentales et qu'ils ne donnaient pas lieu à des élaborations psychiques. » (p. 137).

Dans l'approche de l'art-thérapie, l'expression permet de rendre plus conscient le langage corporel de la personne. Pour permettre à la personne de retrouver cette nature de langage proprioceptif, j'ai envie de dire presque originel, de retrouver cette intelligence première du corps, l'art thérapie a déployé tout un ensemble de stratégies. L'objectif de l'art-thérapie est de décomposer l'ensemble des mécanismes en jeu dans l'activité artistique (psychiques, physiques et sociaux) afin de les utiliser pour le soin de l'individu ou l'accompagnement de son insertion sociale. L'objectif est d'améliorer la qualité de vie de la personne par une meilleure compréhension de soi au travers de son expressivité.

Je choisis de prendre des exemples de stratégies sollicitant le corps et son mouvement. Le mouvement dansé est à l'intersection de la dynamique motrice de l'individu et de sa psychologie. Dans une approche en art-thérapie, l'expression naissant de ce genre de travail sera chorégraphié, organisé et partagé à un public. Ici, la gestuelle et le mouvement viennent au secours des mots lorsque ceux-ci deviennent des résistances pour la personne : « La danse reconnaît implicitement le lien entre motricité et expressivité émotionnelle, le corps exprime les émotions qui sont mises en scène et contrôlées par une mise en forme consciente et socialisée. Les représentations de mots sont remplacées par des représentations de gestes véhiculés par la motricité. » (André, Benavides & Giromini, 1996, p. 179). Or, on a pu constater en psychomotricité et plus spécifiquement pour Lecuyer, Pecheux & Streri (1994a) que, pour qu'une gestuelle devienne consciente, il faut que l'attention soit développée et qu'elle soit orientée vers le corps, que ce soit une attention perceptive. Cette attention s'appuie sur le vécu des postures du corps. « Pour produire un geste efficace, certaines conditions préalables de tonus et de posture doivent être remplies. La fonction tonique liée à la résistance musculaire dépend fortement du niveau de vigilance du sujet. » (p. 97). J'ai déjà montré ce lien très fort unifiant posture, mouvement et tonus : « La posture constitue la base à partir de laquelle les mouvements sont produits, elle-même étroitement liée à la répartition du tonus musculaire [...]. » (*Ibid.*, p. 97). La danse aiderait la personne à s'exprimer à partir d'un vécu organique et permettrait à un savoir caché d'émerger, de redonner la parole à son corps. C'est cette parole retrouvée qui pourra nuancer, relativiser ou équilibrer la psychologie de la personne : « En activant les potentialités sensorielles, perceptives et expressives, la danse



thérapie stimule les capacités énonciatives du corps. Le langage passe par l'expérience vécue, par les sensations corporelles. Le travail d'élaboration s'effectue d'abord au sein du corps du sujet pour permettre une meilleure régulation des perceptions corporelles, sensorielles, des affects et des idées. » (André, Benavides, Giromini, 1996, p. 179).

Nous allons observer maintenant quelle nature d'apprentissage est possible à partir de cette intelligence du corps. L'étoffe du corps est la première matière sur laquelle s'imprime tout apprentissage. Tout enseignement met en forme le corps, lui donne son contour social et moral au risque de l'enfermer, de nous enfermer par la même occasion, pour qu'il intègre les normes sociales et morales qui l'entoure. En effet, selon Vigarello (2001), « Les pédagogies sont porteuses de préceptes qui donnent au corps une forme et le quadrillent pour le soumettre aux normes plus sûrement encore que la pensée. [...] Le corps est le premier lieu où la main de l'adulte marque l'enfant, il est le premier espace où s'imposent les limites sociales et psychologiques données à sa conduite. » (p. 9). L'enjeu, au cœur de mon projet de construction du codifié des personnages du sensible, est que la personne le pratiquant puisse accéder à un renouvellement de sa personne. Il va donc falloir trouver des stratégies ou des outils permettant d'apprendre autrement, d'apprendre à désapprendre, de désapprendre en apprenant. Nous avons vu qu'ils en existent certains que j'ai d'ailleurs utilisés lors de la construction de mon outil pédagogique comme les « angles morts ». Je souhaite traiter dans les paragraphes qui vont suivre de l'apport plus spécifique des approches théâtrales et du Sensible dans l'apprentissage d'un rapport au corps et dans son lien avec la personnalité.

Théâtralement, pour que l'acteur apprenne à réaliser une rencontre avec une dimension plus profonde, non dictée par ses habitudes, et pourtant complètement ancrée corporellement, l'utilisation du masque neutre sera pertinente. Ce masque, dans son apparente neutralité, agit comme un révélateur de l'essence même de la personne qui le porte. Il ne parle pas, seule la parole du corps existe et dans ce silence "l'autre en soi" apparaît : « Le vide qui est recherché dans les traits de ce visage doit arriver à faire vibrer la présence de l'homme, l'essentialiser en somme. [...] Le masque recherché est celui qui doit être présent dans tous les autres masques, le masque de la présence de l'être dans le silence d'avant les mots. » (Freixe, 2010, p. 181). Le masque permet à l'acteur qui en fait l'expérience de repérer des habitus de mouvement, des modes réactifs à certaines situations et de progressivement les abandonner. Paradoxalement, le masque permet à l'acteur d'arrêter d'interpréter, il devient un véhicule portant ce dernier vers des états supérieurs : « Le masque s'était imposé comme un outil

pédagogique capable de "désencombrer" l'acteur de sa subjectivité pour lui enseigner l'humain dans son universalité. [...] Il élève le jeu de l'acteur vers une poétique accueillant la spiritualité. » (*Ibid.*, p. 145).

Le deuxième paradoxe apporté par le masque est que, se sentant caché, l'acteur est révélé par lui : « Protégé par le masque, l'élève peut se laisser aller sans auto-censure et alléger ainsi ses tensions. [...] Le masque apparaît alors comme un désinhibiteur. » (*Ibid.*, p. 151). En effet, il n'est pas aisé d'oser se donner dans une vraie authenticité pour l'acteur, le masque peut avoir cette fonction cathartique : « Souvent une sorte de pudeur empêche l'apprenti-comédien de se livrer : le masque peut être d'un grand secours pour l'aider à se libérer. Avec le masque l'élève se croit à l'abri, il "ose » nous dit Surel-Turpin citant Dullin. (1985, p. 228).

Par ailleurs, le masque est un outil exigeant pour le corps de l'acteur, il le mobilise dans sa globalité et dans son intensité, le corps devient métaphore de la vie intérieure : « D'autre part le masque l'incite à se servir de tout son corps pour exprimer : "le masque c'est la vie, la vie intense et concentrée [...], il s'anime grâce au mouvement du corps, et principalement grâce au mouvement des épaules". Avec lui les mouvements prennent une signification et une éloquence non soupçonnée. » (*Ibid.*, p. 228). Le masque de théâtre en se posant sur le visage de l'acteur, lui enlève la possibilité de préserver une certaine image de lui-même, finalement, porter un masque au théâtre c'est aller vers une nudité, une authenticité : « En même temps il oblige l'élève à se détacher de sa personnalité. Il entraîne une sorte de dépouillement, [...] on fait maintenant table rase de tous les petits attendrissements de l'élève "sur lui-même, de ses tics, de ses manies, même de ses gentillesse". » (*Ibid.*, p. 228). Le masque a une exigence d'immédiateté, Arlequin n'apparaît pas progressivement sur un plateau, dès le passage de rideau, il doit être physiquement présent, corporellement précis : « Avec le masque, dès les premiers pas sur le plateau, le personnage doit apparaître. Dans sa ligne, sa forme, sa musique. [...] Le corps de l'acteur doit traduire de façon explicite les symptômes physiques de l'état du personnage. [...] Si, sous le masque, l'acteur ne dessine pas nettement son corps, immédiatement le désaccord est flagrant. » (Freixe, *op. cité*, p. 201).

En dehors du corps, point de salut avec le masque. Cet outil n'apprécie pas le jeu trop naturaliste, il faut sortir de ses habitudes, des ses comportements psychologiques, il faut faire autrement. C'est seulement à ce prix qu'un masque d'Arlequin se mettra à exister et que l'on oubliera l'acteur qui l'anime. « Le masque rejette avec force le jeu psychologique, le mot qui ne vient pas du corps, les temps de silence sans action, les tergiversations. [...] Soit l'acteur

retire le masque et continue à jouer dans sa gestuelle réaliste, soit il arrive à changer de dimension. Alors, par son rythme, ses gestes, sa tenue corporelle, son souffle, sa voix, ses mots, il doit donner existence à son masque, qui est le personnage incarné. » (*Ibid.*, p. 201).

Le masque est une forme extérieure à l'acteur qui, comme nous avons pu le voir, l'aide à se dépasser, à désapprendre ses automatismes bien ancrés pour laisser la place à une nouvelle manière de se percevoir. Mais il existe une forme qui préexiste à toutes les autres, c'est la forme du corps de l'acteur. Ce corps qui prend forme est, pour Chekov, acteur russe et disciple de Stanislavski, le lieu d'apprentissages permettant de le rendre plus à l'écoute, plus en interrelation avec la pensée : « Quelles exigences pour l'acteur ? Une extrême sensibilité du corps lui permettant de répondre à toutes les impulsions de l'esprit. » (Chekov, 2007, p. 20). Pour lui, le mouvement appliqué avec détermination et conviction profonde peut être le vecteur d'une transformation touchant toutes les couches de la personne : « Nous pouvons donc dire que le mouvement, s'il est exécuté avec force, a le pouvoir de stimuler notre volonté ; que la nature de ce mouvement éveille en nous un désir ; et que son intention appelle en nous des sentiments. » (*Ibid.*, p. 93).

Pour aider l'acteur dans l'apprentissage de la construction du personnage, il crée ce qu'il a nommé *le geste psychologique*. C'est une posture corporelle que l'acteur construit à partir de son approche du personnage. Il faut que le personnage en soit la synthèse. Cette posture corporelle doit être suffisamment simple et accessible. Elle doit être comme le patron d'un vêtement, sans fioriture, sans décoration, les prémices de quelque chose, ici quelqu'un, à venir : « Le geste psychologique doit être aussi simple que possible, son but étant de résumer la psychologie complexe d'un personnage sous une forme évidente, de la réduire à son essence. Un geste psychologique compliqué ne pourrait pas remplir ce but. Un geste psychologique juste ressemble au trait de fusain que le peintre dessine sur la toile avant de travailler les détails de son tableau. C'est, je le répète, une ossature, une charpente, sur laquelle viendra se greffer l'architecture infiniment complexe de votre personnage. » (*Ibid.*, p. 106). Le choix du terme *geste psychologique* vient du fait que c'est le corps qui laisse une empreinte, qui progressivement forme ou déforme notre psychologie pour aider à la construction du personnage : « Nous les appellerons les gestes psychologiques, à cause de l'influence qu'il exercent sur notre vie intérieure en la stimulant, en la modelant, pour l'accorder à notre recherche artistique. » (*Ibid.*, p. 98). C'est parce que l'acteur se confronte encore et encore à cette forme, à ce dessin, à cette posture de son corps qu'il devient autre. Sa psychologie, ses intentions s'en trouvent modifiées. Le geste psychologique permet

l'entrelacement entre forme et profondeur car au plus il est précis, au plus il rapproche l'acteur de la vie de son personnage : « Lorsque vous découvrez, enrichissez, répétez le geste psychologique, vous devenez peu à peu le personnage. Votre volonté et vos sentiments s'éveillent, s'organisent. Plus vous avancez, plus le geste psychologique vous révèle le personnage dans sa totalité, sous une forme condensée, et plus il vous donne d'autorité sur sa réalité profonde immuable. Trouver le geste psychologique juste, cela signifie donc préparer le rôle dans son essence même. » (*Ibid.*, p. 103). Au contraire de la gestuelle quotidienne, trop segmentée, trop économique, trop inconsciente, le geste psychologique mobilise le corps dans sa globalité, dans sa profondeur, dans sa dimension existentielle. Le geste psychologique est un archétype qui mobilise et engage l'acteur dans son acte de création : « Les gestes quotidiens sont trop limités, trop faibles et trop spécialisés pour stimuler la volonté. Ils ne mettent en jeu ni le corps tout entier, ni la psychologie, ni l'âme, tandis que le geste psychologique, par son caractère d'archétype, les engage tout entier. » (*Ibid.*, p. 105).

Un autre point de vue incluant le corps comme lieu d'apprentissage est l'approche de Meyerhold. Il a été l'élève de Stanislavski, puis il s'est démarqué de son approche et a développé la *biomécanique* de l'acteur. Pour Meyerhold, l'acteur doit maîtriser son corps, il doit être athlétique. L'acteur doit développer des capacités de réactivité à toutes sortes de stimuli externes, il doit se dépenser mais sans excès, il ne doit pas chercher l'émotion mais reproduire son processus dynamique, c'est-à-dire repérer comment elle s'organise, les différentes étapes de sa progression dans le corps. Cette biomécanique de l'acteur est fortement influencée par la période constructiviste des années vingt et le questionnement de la place de l'acteur dans la société : « A l'opposé du système stanislavskien qui privilégie l'âme par rapport au corps, l'acteur meyerholdien doit établir un équilibre sain, être sportif, acrobate, faire de son corps un instrument parfait : mouvements rationnels, "raccourcis" expressifs (dans le sens pose, attitude du corps par rapport au spectateur), sans rien de superflu ni de gratuit, jeu précis avec les objets, calcul et conscience du temps scénique, développement du jeu collectif. De l'émotion ne reste que son schéma dynamique : apparition, développement, culmination, épuisement. La biomécanique apparaît comme l'application au jeu de l'acteur du principe constructiviste, dont les trois mots clefs sont "travail, clarté, organisation". » (Picon-Vallin *in* Meyerhold, 1975, p. 14). Pour Meyerhold, l'importance des capacités réactives de l'acteur au monde extérieur était capitale, tout comme la connaissance qu'il pouvait avoir de son corps et notamment son sens de l'équilibre, sa stabilité. La construction du personnage se faisant, pour lui, à l'opposé de

l'approche Stanislavskienne, de la forme, de la structure vers la profondeur : « L'acteur doit : 1) posséder naturellement une capacité de réponse à l'excitation des réflexes, [...] 2) l'acteur doit être en pleine forme physique, c'est-à-dire qu'il doit avoir le coup d'œil juste, connaître à n'importe quel moment le centre de gravité de son corps et ne pas "flotter". [...] Le défaut majeur de l'acteur contemporain est l'ignorance absolue des lois de la biodynamique. [...] Le principe d'une approche du rôle allant non pas de l'intérieur à l'extérieur, mais au contraire de l'extérieur à l'intérieur. » (Meyerhold, 1975, p. 80).

Barba s'est inspiré de cette approche en l'adaptant à la réalité de son groupe de travail. Il a gardé l'intention de réaction à un stimulus extérieur propre à Meyerhold et à l'approche constructiviste du jeu, mais sans respecter l'objectif final qui était une inscription de l'acteur dans la société l'entourant. C'était, pour Barba, une stratégie d'apprentissage permettant à l'acteur de déployer son imaginaire : « Nous avons élaboré toute une série d'actions physiques auxquelles nous avons donné le nom de biomécanique, en référence au terme utilisé par Meyerhold. La biomécanique était pour nous une réaction très dynamique à un stimulus extérieur. [...] Pour nous, la biomécanique n'était pas une reconstitution historique et techniquement exacte des exercices qu'avait élaborés Meyerhold dans un but particulier : créer un rôle social pour l'acteur. Nous utilisons ce terme pour mettre en branle notre imagination pour nous stimuler. » (Barba, 2004, p. 85). Même si Barba s'inscrit dans une filiation théâtrale, il a toujours cherché à adapter la "tradition" reçue pour la transmettre à ses acteurs car « L'élève est plus important que la méthode » (Barba in Féral, 2003, p. 29). Cette phrase témoigne de sa posture de pédagogue face à la réalité de l'expérience faite avec ses partenaires. Pour Barba, les méthodes d'apprentissage doivent changer en fonction de qui est devant nous, de l'évolution du contexte. Lors des "trainings" de l'Odin Teatret, sa compagnie, il observe qu'après avoir réalisé des échauffements identiques pour tous réalisés collectivement, la nécessité d'une adaptation des exercices à chaque personne s'impose. Cette adaptation révèle des variations de rythmes singuliers favorisant l'apparition d'une dimension plus profonde, plus organique, plus globale. A partir de ce moment, pour Barba, le "training" s'individualise : « Dans les premiers temps de notre existence, tous les acteurs faisaient ensemble les mêmes exercices sur un rythme collectif. Puis nous avons compris que le rythme est différent pour chaque individu. Certains ont un rythme vital plus rapide, d'autre plus lent. Nous avons commencé à parler de rythme organique dans le sens de variation, pulsation, comme celle de notre cœur, de notre respiration, de notre regard. Cette variation continue, bien qu'imperceptible, révélait l'existence d'une onde de réactions organiques qui investissait

le corps tout entier. Le training ne pouvait être qu'individuel. » (Barba, *op. cité*, p. 88). Il n'empêche que, même si il y a une richesse dans les différentes manières dont un acteur aborde sa pratique, il est possible d'y repérer des invariants. Ces invariants, que Barba a structurés dans le cadre de l'Anthropologie Théâtrale (cf. chapitre B), partent du corps et constituent la base pré-expressive de l'acteur, c'est-à-dire ce qui lui offre une présence : « Les différentes techniques de l'acteur peuvent être soit conscientes et codifiées, soit inconscientes, bien qu'implicites dans la réalisation et la répétition de la pratique théâtrale. L'analyse transculturelle montre qu'on peut repérer dans ces techniques certains principe-qui-reviennent. Appliqués au poids, à l'équilibre, à l'utilisation de la colonne vertébrale et des yeux, ces principes produisent des tensions physiques pré-expressives. Il s'agit d'une qualité extra-quotidienne de l'énergie qui rend le corps scéniquement "décidé", "vivant", "crédible" ; ainsi la présence de l'acteur, son bios scénique, est-elle en mesure de solliciter l'attention du spectateur avant de transmettre un quelconque message. » (*Ibid.*, p. 29).

Pour Bois, une des voies de passage pour développer l'apprentissage du performer, outre tous les outils de la pédagogie perceptive, est le codifié gestuel. Chorégraphie gestuelle, il entrelace forme et perception, structure et profondeur, expression et vécu. Il permet une exploration du corps dans toutes ses orientations, ses amplitudes, ses variations rythmiques : « La composition codifiée est un support pédagogique de prospection qui explore tous les agencements possibles de l'organisation cinétique. » (Leão, 2005, p. 266). Cette structure chorégraphiée est organisée autour du respect des limites physiologiques du corps et pourtant, malgré cette contrainte, l'acteur peut découvrir, renouveler et enrichir ses vécus perceptifs. Il fait l'expérience de la nouveauté dans la forme qui est prédéfinie, d'une structure associée à un sentiment de liberté : « L'étendue infinie de l'exploration perceptive s'applique aussi à la structure de la composition codifiée qui, dans sa forme, est pourtant limitée par les degrés de liberté permis par la physiologie du mouvement. Cette composition respecte la musicalité physiologique du corps en mouvement au sein de laquelle le performer découvre des perceptions foisonnantes sans cesse renouvelables. » (*Ibid.*, p. 266). C'est grâce à ce codifié, qui porte en lui des principes d'éducation perceptive, que l'acteur peut enrichir sa pratique et sortir d'habitus le limitant dans son expression : « C'est donc à partir de propositions de perceptions précises que le performer prospecte les détails contenus dans la composition codifiée et gagne sur le territoire des imperceptions du mouvement. (*Ibid.*, p. 267).

C'est de ces différentes formes d'éducation et d'apprentissage nous mettant en lien avec une organisation, une dynamique interne, que peut naître progressivement un lien renouvelé avec soi, avec sa personne.

#### **D. Le corps vécu comme lieu de la personnalité**

J'ai rencontré dans mon parcours d'acteur des outils me permettant de faire l'expérience d'archétypes, soit sous forme de masques, soit sous forme de postures corporelles. La posture, comme vecteur pouvant nourrir la personnalité, est un élément déterminant qui a fortement influencé la construction de mon outil pédagogique. L'archétype est un concept appartenant à la psychologie analytique élaboré par Jung (1875-1961) qui le définit par la tendance humaine à utiliser une même « forme de représentation donnée *a priori* » renfermant un thème universel structurant la psyché, commun à toutes les cultures mais figuré sous des formes symboliques diverses. L'archétype est pour la psychologie jungienne un processus psychique fondateur des cultures humaines car il exprime les modèles élémentaires de comportements et de représentations issus de l'expérience humaine à toutes les époques de l'histoire, en lien avec un autre concept jungien, celui d'inconscient collectif. Dans sa première analyse de l'archétype, Jung estimait que ce dernier nous influençait et nous dirigeait de manière inconsciente : « L'essence proprement dite de l'archétype n'est pas susceptible de conscience [...] elle est transcendance. » (Jung, 1995, p. 538). Plus tardivement, il précise sa pensée en considérant que l'archétype est en somme un « élément vide, formel, qui n'est rien que *facultas praeformandi*, une possibilité donnée *a priori* de la forme de représentation. » (*Ibid.*, p. 95). Jung émet l'hypothèse que l'archétype est inhérent à la structure neuronale. Il correspond à une architecture interne propre à l'humain et qui influence ses actions. « Jung assimile les archétypes aux schèmes de comportement qui déterminent des modalités d'action, personnelles ou collectives, propres à l'espèce humaine. » (Thibaudier, 2008, p. 29).

C'est à partir de cette dernière acceptation que je peux regarder le travail masqué, où l'objet "masque" existe *a priori*, comme étant un archétype. Je veux dire par là que le masque d'Arlequin est préexistant à Arlequin, le masque n'est pas Arlequin et pourtant chaque personne le portant va représenter, non Arlequin dans son essence, mais un morceau d'Arlequin, quelque chose qui tend vers Arlequin. « Ces caractères forts, ces archétypes plantés sur les planches de hasard de la Commedia, ont révélé des similitudes intéressantes

avec les types de personnalité mis à jour par Jung. » (Girardeau & Scribani, 2005, p. 198). Les auteurs décrivent l'effet du jeu masqué et le révélateur de potentialités que cet outil contient : « Le travail des masques met l'individu en relation avec son ou ses masques intérieurs, afin qu'il se serve de leur formidable réservoir de vitalité. » (*Ibid.*, p. 199). Mais le corps a lui aussi son potentiel pouvant venir nourrir la personne. Dans le travail du geste psychologique de Chekov, la forme que prend le corps permet un engagement total de la personne, car la forme appelle le fond, appelle l'être : « ...le geste psychologique, par son caractère d'archétype, les engage [le corps et l'âme] tout entier. » (Chekov, *op. cit.*, p. 105).

Nous allons voir maintenant comment des hommes de théâtre ont développé des ponts entre corporalité et personnalité souvent par le biais de la construction du personnage. L'approche des *actions physiques* de Stanislavski, tente de donner à l'acteur une voie de passage à son intériorité : « Le mouvement du corps, le rythme des gestes et de la parole, agissent comme des stimuli, déclenchant des réactions psychiques. En exécutant des actions physiques simples et toujours justifiées, l'acteur se comportera naturellement et accèdera au subconscient. » (Autant-Mathieu, 2007, p. 26). C'est l'enchaînement précis et cohérent d'actions physiques qui permet de vivre de la manière la plus authentique possible l'interprétation d'un personnage : « Comme il est impossible de jouer la psychologie du rôle ou la logique et l'enchaînement des sentiments [du rôle], nous suivons la ligne plus stable et accessible des actions physiques, en respectant strictement leur logique et leur enchaînement. » (*Ibid.*, p. 71). Pour Chekov, qui fut élève de Stanislavski, c'est le geste qui ouvre les portes de notre psychologie : « Par l'intermédiaire du geste, vous communiquerez avec les couches les plus profondes de votre psychologie en les stimulant. » (2007, p. 93). Stanislavski précise que l'origine du mouvement est fondamentale et sera la base de tout travail de création artistique : « Le mouvement et l'action qui prennent leur source dans les recoins de l'âme, suivant des schémas intérieurs, sont essentiels pour tous les vrais artistes. » (Stanislavski, 1984, p. 82).

L'approche Stanislavskienne a toujours entrelacé l'acteur et l'homme, elle n'était pas qu'une préparation professionnelle. C'est cet entrelacement personnel et professionnel qui a pour effet d'amener l'acteur dans un climat propre à l'émergence de sa créativité. Dullin (1969) souligne, en parlant de Stanislavski, « l'importance qu'il attachait à la formation de l'homme en même temps qu'à celle de l'acteur et sa façon de susciter en eux cet état second qui nous est nécessaire pour faire vivre un personnage » (p. 261). Pour Beck (1978), l'approche Stanislavskienne est une invitation à la transe. En effet, dit-il, il s'agit d'un



véritable entraînement qui mobilise la globalité de l'acteur pour incarner un personnage qui par nature n'existe pas. Cette pratique est similaire aux pratiques primitives appelant un esprit à descendre dans le corps d'une personne : « La méthode de Stanislavski est une *pratique* d'induction à la transe. Il a formulé une théorie élaborée de techniques pouvant rendre l'acteur capable - dans un processus rationnel de pensées s'accumulant, d'emphases, de sensations, de mémoire, d'étude, d'observation, d'identification psychologique et physique - d'assumer l'identité et les caractéristiques d'un autre être, mystique, fictif, généralement créé par l'imagination d'un auteur. De même qu'un participant aux rituels primitifs reçoit l'esprit d'un autre être, l'acteur atteint alors le point où il/elle "vit le personnage", puis assume son rôle. Cela s'appelle une induction rationnelle à la transe. » (p. 90). Cette possibilité qu'a l'acteur de rencontrer en lui d'autres personnages est une invitation faite aux spectateurs, à la compréhension, à la différence, à la tolérance, à la place de l'altérité dans le renouvellement de nos représentations : « Le voyage des acteurs dans d'autres personnages : ils démontrent aux spectateurs la capacité de l'être humain à comprendre des gens et des événements en dehors d'eux-mêmes. » (*Ibid.*, p. 100). Brook (1991) précise l'enjeu de compréhension dans le rapport du personnage et de l'acteur dans l'approche stanislavskienne : Stanislavski « n'a jamais dit que l'acteur devait considérer qu'il était le personnage. L'acteur doit essayer de comprendre en lui-même quelque chose qui n'est pas lui. » (p. 302).

Au contraire de Stanislavski qui a construit une pédagogie (le système stanislavskien), puis une stratégie corporelle (les actions physiques), Mnouchkine n'a pas construit de "méthode" pour l'acteur. Cela ne nous empêche pas, en l'écoutant, de percevoir des orientations, des pistes à creuser concernant le lien entre le corps de l'acteur et le personnage. Pour Mnouchkine, le lien entre visible et invisible, subjectivité et objectivité, intimité et dévoilement, sensation et composition est la question fondamentale qui l'anime. Elle trouve une réponse à cette interrogation en proposant de rentrer dans une analyse du corps : « La plus grande loi est sans doute celle qui régit le mystère entre l'intérieur et l'extérieur, entre l'état (ou le sentiment, comme dit Jouvét) et la forme. Comment donner une forme à une passion ? Comment extérioriser sans tomber dans l'extériorité ? Comment l'autopsie du corps... du cœur, peut-elle se faire ? (Mnouchkine dit "corps" avant de se reprendre et de dire "cœur" – Mon lapsus est assez révélateur puisque cette autopsie c'est par le corps qu'on la fait.) » (Cité par Féral, 1995, p. 31). Mais le rapport au corps ne suffit pas pour elle, c'est aussi une attitude, un rapport particulier à soi que l'acteur doit développer. Cette attitude est un état d'enfance, de naïveté. Elle précise que c'est une nature particulière d'imagination : physique, corporelle, incarnée. Lorsque l'acteur la contacte, elle agit comme un appel, un appel

authentique demandant une détermination et une grande précision : « On voit bien que dans la recherche théâtrale, quand les comédiens, les comédiennes sont vraiment là où ils doivent être, c'est-à-dire dans l'enfance vraiment, dans une imagination qui est une imagination physique – pas une imagination intellectuelle –, une vraie imagination, cela devient une incarnation. C'est une invocation et la vérité vient. Cela relève de l'exigence de concret. » (Mnouchkine, 2009, p. 41-42). C'est alors à un moment d'entrelacement entre l'acteur et son personnage que nous assistons : « Vous êtes double, vous êtes toujours deux sur scène, il y a vous et celui qui est en train de prendre possession de vous. » (*Ibid.*, p. 106). Mais Mnouchkine trouve le mot "personnage" trop caricatural, comme si l'acteur connaissait déjà à l'avance le rôle qu'il allait interpréter et risquait de le réduire. Or, connaît-on vraiment une personne dans sa totalité ? Ou nous-mêmes ? « Ça fait maintenant depuis un petit moment, [...] que je dis le mot "personnage" et chaque fois, je me reprends. Je dis : "Non, oubliez le mot 'personnage'". Parce que finalement, dès qu'on utilise le mot "personnage", on est un tout petit peu raciste, c'est-à-dire qu'on est limitatif. On dit : un personnage, c'est celui qui n'est pas ceci ou cela. Mais on ne sait pas. Et du coup, on rétrécit. [...] On a des gens qui ne sont plus que des caricatures, ou plus exactement qui sont limités. » (Mnouchkine cité par Féral, 1995, p. 46-47). Les pistes que donne Mnouchkine sont de trois ordres : un rapport au corps, une attitude d'enfance portant un imaginaire incarné, et une absence de jugement.

Pour Jovet (1887-1951), l'incarnation véritable du personnage commence comme une répétition, pareil à une litanie, du texte théâtral. Jusqu'à l'instant précis où il y a un emboîtement fluide, sans retenue, entre le texte et l'acteur. Cette "fusion" entraîne l'acteur à revivre, "comme si" c'était lui, le moment d'émergence des paroles de l'auteur : « Toute vie dramatique commence à partir de cette pratique, de cet exercice chaque jour accompli dans le dénuement de la scène vide. Tout débute par l'incantation verbale des répliques. [...] Une seule chose importe, dans cette opération et cet exercice, c'est ce moment, c'est ce point d'effusion où les paroles avec aisance et sécurité montent aux lèvres du comédien et lui font éprouver à son tour les sensations et les sentiments que le poète a lui-même vécus en écrivant les phrases de son texte. » (Jovet, 1952, p. 36). Pour Jovet, la primauté du texte sur le corps est importante. L'acteur se doit d'être pratiquement désincarné (du reste, il a écrit *Le comédien désincarné* en 1954) pour laisser le rôle prendre corps. Cette expérience permet à l'acteur d'accéder à un niveau singulier de conscience. Il peut ressentir l'infinitude d'un rôle, l'étendue de son existence et ne peut, du même coup, la ramener à la sienne : « Plus qu'un rôle, un personnage donne au comédien une lucidité particulière, ouvre en lui des perspectives vertigineuses vers lesquelles il se précipite pour accomplir sa mission. Lorsqu'il est en contact

avec un personnage, le comédien sent une vie anormale et rédemptrice se manifester en lui. [...] Dans l'éblouissement où il vit, le comédien mesure que le personnage est infini, inépuisable ; quels que soient sa vanité ou son abusement, il ne saurait se confondre avec le roi Lear ou Othello. Il ne saurait les incarner. » (*Ibid.*, p. 174). Pour Jovet, l'acteur doit faire de la place au personnage, il doit suspendre ses propres intentions, ses propres désirs, et même la volonté de bien interpréter le rôle. L'unicité que l'on peut ressentir entre le personnage et l'acteur n'est qu'un leurre pour un spectateur. L'acteur doit rester, pour Jovet, dans l'illusion : « Le personnage [...] est une abstraction de vérité et non une vérité. Nous savons bien, à jouer un rôle, que ce rôle n'est efficace et valable que dans la mesure où, durant l'exécution, nous sommes au contraire désincarnés de nous-mêmes et vacants. [...] Ne faire qu'un avec le personnage est peut-être une impression que le spectateur éprouve, ce n'est pas non plus une vérité. Seul le personnage a une identité. L'art du théâtre, pour nous comédiens, est dans le paraître. » (*Ibid.*, p. 113). C'est à ce prix que l'acteur vivra cette sensation double, d'être là, bien présent et à la fois d'être possédé par le rôle dont il a la responsabilité. Ce n'est pas le rôle qui s'incarne dans l'acteur mais bien l'acteur qui se retire, qui se "suspend" pour laisser toute son envergure au rôle qu'il interprète : « Il y a sur une scène, quand il s'agit de personnages véritables, une présence double : celle de l'acteur et celle de ce fantôme qu'il a charge d'évoquer dans l'esprit et l'imagination du spectateur. Et ce n'est pas le personnage qui se réalise dans l'acteur, mais c'est, au contraire, l'acteur qui s'irréalise dans le personnage. » (*Ibid.*, p. 113).

Nous sommes avec Jovet dans une posture différente de celle de Grotowski, Beck ou Barba où l'acteur a d'abord un corps qu'il habite, dans lequel il incarne le rôle. Cependant, la notion de "comédien désincarné" peut prendre sens dans la mesure où la dimension égotique, exhibitionniste de l'acteur n'a pas lieu d'être et doit être "désincarnée" pour laisser place à toute la profondeur de l'interprétation.

Notre corps est plus qu'un corps vivant, c'est un corps signifiant qui exprime le rapport immédiat que l'on a au monde. Le corps est ce par quoi j'ai accès à moi-même et à mon environnement. Il est l'unité de toutes mes orientations et de toutes mes représentations. C'est une ouverture primordiale à l'être qui permet d'être en contact avec les autres. Le corps propre se caractérise par un entrelacement, du senti et du sentir. « Mon corps est le lieu ou plutôt l'actualité même du phénomène d'expression ; en lui l'expérience visuelle et l'expérience auditive, par exemple, sont prégnantes l'une de l'autre et leur valeur expressive fondent l'unité antéprédicative [antérieure à la pensée conceptuelle et langagière] du monde

perçu et, par elles, l'expression verbale et la signification intellectuelle. » (Merleau-Ponty, 1945, p. 182). Le corps est un espace expressif d'un type particulier puisqu'il est à l'origine de toutes les autres formes d'espaces expressifs. Cette façon de penser le corps le distingue radicalement du corps biologique. C'est un corps vécu qui nous sort de la dualité corps/esprit habituellement admise : « Notre corps n'est pas seulement un espace expressif parmi tous les autres..., il est à l'origine de tous les autres, le mouvement même d'expression, ce qui projette au-dehors les significations en leur donnant un lieu, ce qui fait qu'elles se mettent à exister comme des choses, sous nos mains, sous nos yeux » (*Ibid.*, p. 182).

Nous avons pu voir certains points de vue de l'approche en art-thérapie (dans le chapitre C). Le corps expressif est un réservoir de potentialités. Des potentialités liées à l'enrichissement de la gestuelle mais aussi, grâce aux interactions entre les dynamiques motrices et la sensorialité, des potentialités de créativité qui vont nourrir la personne et renouveler son champ de représentation : « Les possibilités expressives du corps conviennent non seulement, à la découverte de la multiplicité du fonctionnement corporel, mais président aussi, à travers leurs articulations réciproques, à la mise en place d'actes créateurs qui, comme tels, deviennent alors signifiants de la langue. » (André, Benavides, Giromini, 1996, p. 176). Le corps, considéré comme un système cohérent de mouvement en vue d'une action, est revisité comme représentant l'entrelacement entre proprioception et dynamique motrice. Le corps est ainsi regardé comme le vecteur premier de l'action et comme une "pensée" organique : « Ainsi le corps pensé à partir de la praxis est ressaisi comme identité de la perception et de la motricité. Ce déplacement de l'agir à la motricité montre le corps comme principe unitaire de l'expérience et comme condition de possibilité d'une perception évidente du monde, en-deçà de la pensée. » (*Ibid.*, p. 175). L'utilisation de l'outil théâtre en art-thérapie permet à cette organicité de nourrir le travail émotionnel de la personne. Elle peut représenter ses émotions, non seulement dans l'action mais aussi dans leur processus d'émergence : « C'est là que le jeu dramatique prend toute sa valeur : par son pouvoir d'expression et de communication, il conduit à une représentation en acte des émotions. » (*Ibid.*, p. 181). En effet, l'espace de la scène est un lieu de mise en action de soi mais qui révèle également les représentations qui les sous-tendent : « Proposer un espace d'action, c'est aussi ouvrir un espace de représentation. » (*Ibid.*, p. 188). C'est en ce sens que l'expressivité porte un projet soignant. Elle permet de conscientiser, pour une personne en situation de mal-être, une voie de passage corporelle permettant de renouer avec un imaginaire et entraînant un renouvellement du champ représentationnel : « L'expressivité du corps [...] acquiert un sens, dans la mesure où l'être humain, fragilisé par sa maladie, devient

moins apte à vivre et à exprimer, avec son corps, les afférences sensorielles de la vie quotidienne. L'idée générale consiste donc à faire en sorte que les patients redécouvrent les potentialités imaginaires de leur corps afin de les transformer, au moyen de l'expressivité, en représentations. » (Ibid., p. 175).

Nous avons vu que le corps est animé, qu'il peut capter des informations sensorielles, qu'il est organisé sur une base motrice et perceptive et que ces éléments ont une résonance sur la psychologie de la personne. Pour Bois (2009), « Cette subjectivité corporelle traduisait un véritable langage du corps en lien avec l'atmosphère psychique du sujet. » (p. 60). C'est ce rapport au corps renouvelé qui permet l'enrichissement de la personne. Il ne s'agit pas, dans le champ du Sensible, de transformer l'autre mais bien de lui permettre, grâce à l'expérience que la personne vit dans son corps, de revisiter les interactions qui l'unissent avec elle-même et l'environnement : « La transformation telle que nous l'envisageons n'est pas un changement de personnalité. La position de la somato-psychopédagogie est l'inverse de ce point de vue [...], la transformation que nous visons [...] est donc une transformation des rapports que nous entretenons avec les événements, les situations, les choses et les êtres. » (Berger, 2006, p. 130).

L'expressivité dans le champ du Sensible est une méthode de mise en situation d'expressivité, qui utilise des techniques de désobstruction des habitus moteurs, perceptifs et de pensées. Par des stratégies d'apprentissage, l'expressivité permet à l'apprenant de sortir de ses schèmes habituels, de les mettre en pratique par des jeux de scène. L'expressivité du Sensible porte la notion de performativité. Cela implique que toutes les formes expressives utilisées dans cette approche vont mobiliser, pour la personne, le passage entre le vécu d'une intériorité, d'une subjectivité, d'une intimité à sa mise en forme dans une expression partageable, objectivable, visible. Les outils utilisés sont l'écriture, la scène pédagogique, les jeux de rôle, la parole. La pédagogie perceptive propre à cette approche permet à l'artiste d'y trouver une nourriture venant imbiber son art mais pas seulement, elle lui offre la capacité de se percevoir en créant, d'être présent à son geste, d'être sentir et senti : « La subjectivité d'un geste éprouvé et conscient est néanmoins pour le danseur la musique même de la danse ; une musicalité du soi qui ressent, qui existe, qui s'aperçoit exister et fait jouer toutes les cordes sensibles de l'instrument perceptif. » (Bois, 2005, littérature grise). Elle permet également de percevoir de manière plus aigüe les voies de passage entre intériorité et extériorité et nous fait accéder à une intensité, à un sentiment d'existence singulier. Sans cette présence perceptive le geste reste vide et mécanique : « L'art n'est-il pas avant tout déploiement de la subjectivité ?

L'événement artistique offre un moment privilégié de suspension, qui crée la propension à un acte de conscience au sein duquel nous éprouvons subjectivement l'existence. Sans subjectivité, la tonalité singulière de chaque mouvement est inexistante, la gestuelle se réduit à une gesticulation mécanique évoquant une absence totale de sensations. » (Ibid., littérature grise).

On a pu voir tout au long de ce parcours que le corps est porteur d'une dynamique propre, organisée et éduicable. Selon Allport (1970), la personnalité est le fruit de processus internes, mais aussi d'intégration c'est-à-dire de relation entre l'extérieur et elle-même. Elle n'est pas passive : « La personnalité est l'organisation dynamique, au sein de l'individu, de systèmes psychophysiques qui déterminent son comportement caractéristique et ses pensées. » (p. 34). Il insiste sur la dimension psycho-physique et sur le fait qu'on ne peut séparer le corps de l'esprit, ils sont inséparables : « La personnalité n'est ni exclusivement mentale, ni exclusivement physiologique. Son organisation exige à la fois le fonctionnement du corps et celui de l'esprit, inextricablement unis. » (Ibid., 1970, p. 34).

Hansenne (2007), insiste sur la dimension active de la personnalité, elle est comme une machinerie complexe où chaque rouage est en interaction avec les autres, les effets provoqués d'un côté sont transmis à l'ensemble de la structure : « La personne n'est pas le fruit d'un élément passif, mais au contraire elle est constituée par de nombreuses pièces qui interagissent entre elles et avec l'extérieur, l'environnement. C'est un mécanisme actif. » (p. 15). Pour Eysenck (cité par Hansenne, 2007), c'est entre quatre items que s'organise le processus interne de la personnalité. Il insiste sur la plus ou moins grande constance dans le temps de la personnalité, sur sa nécessaire stabilité : « La personnalité est l'organisation plus ou moins ferme et durable du caractère, du tempérament, de l'intelligence et du physique d'une personne. » (p. 15). La personnalité est une structure stable mais dynamique, Allport (1970) ne s'oppose pas au fait qu'une personnalité est évolutive et s'adapte suivant les événements. La définition qu'il donne de la personnalité « ...ne nie pas, naturellement, qu'une personne varie avec le temps ou que son comportement puisse changer d'une situation à une autre. » (p. 40). Mais cela ne veut pas dire que l'on ne peut l'observer et repérer des "principes-qui-reviennent" comme dirait Barba, des invariants nous aidant à mieux comprendre qui est en face de nous : « Une personne à une structure interne et une série de caractéristiques (variables, à vrai dire, mais déterminables) et c'est cette structure que nous espérons étudier. » (Ibid., p. 40).

L'enjeu pour la psychologie est, selon Wallon, de trouver le lien entre une corporalité organique et la construction d'une personnalité. Comment des informations corporelles, motrices, émotionnelles, deviennent progressivement des signes, des représentations et élaborent une présence à soi et au monde ? « "Un des pas les plus raides à franchir pour la psychologie est celui qui doit unir l'organique et le social, l'âme et le corps", écrivait Wallon en 1958. Autrement dit, comment le physiologique se transforme-t-il en psychique ? Comment le mouvement, les cris et les pleurs, initialement simples manifestations d'états de bien-être ou de malaise, se transforment-ils en conduites significatives, premiers pas vers la pensée représentative et la conscience de soi et d'autrui ? » (Bauthier, Rochex, 1999, p. 31). Pour Bois, cette séparation du corps et de l'esprit tend à s'amenuiser dans notre monde d'aujourd'hui, mais il reste, malgré tout, une tendance, celle d'un sens unique allant du psychologique au corporel. Toute l'approche du Sensible a pour objectif de supprimer ce primat du psychologique pour retrouver un état de non-prédominance entre soma et psyché : « Nous sommes à une époque où le clivage entre corps et esprit tend à disparaître. Mais les tentatives d'unification des dimensions corporelle et psychique posent encore trop souvent un ordre hiérarchique à sens unique où l'un des deux pôles (la psyché) s'exprimerait à travers l'autre (le soma, théâtre de troubles réputés être d'abord psychiques). La somatopsychopédagogie est une discipline émergente qui tente de réconcilier, pleinement et sur un pied d'égalité, le corps et l'esprit. » (Bois, 2006a, p. 7). Etant moi-même somatopsychopédagogue, mon projet s'inscrit pleinement dans cette recherche d'équilibre entre corporalité et psychisme.

On a pu voir, dans ce chapitre, l'importance de la recherche sur la construction du personnage dans le champ théâtral et son lien avec la personnalité, même si cette personnalité est celle d'un personnage. L'expressivité, de par la mise en action de soi, révèle le comportement de la personne et par conséquent certaines dimensions de sa personnalité. L'expressivité peut être une voie de passage permettant une mise en action du corps et, par conséquent, une mise en action de sa personnalité. Nous avons pu voir également que le corps, en prenant forme soit par le biais d'une posture, soit par le biais d'une forme extérieure comme le masque, peut rencontrer une structure archétypale. La personnalité est structurée autant corporellement que psychiquement et il est possible d'étudier la nature de ces interactions.





## Conclusion

Le résultat principal de cette analyse est de mettre en évidence que chaque étape de l'émergence de mon modèle de création pédagogique dans le champ de l'expressivité du Sensible trouve des échos, des résonances dans des discours, des recherches, des positionnements scientifiques contemporains. Ainsi, ce modèle s'inscrit dans un faisceau de savoirs et de pratiques qui permettent à la fois de contextualiser, de mettre en lumière et en contraste les traits spécifiques de la création sur le mode du Sensible.

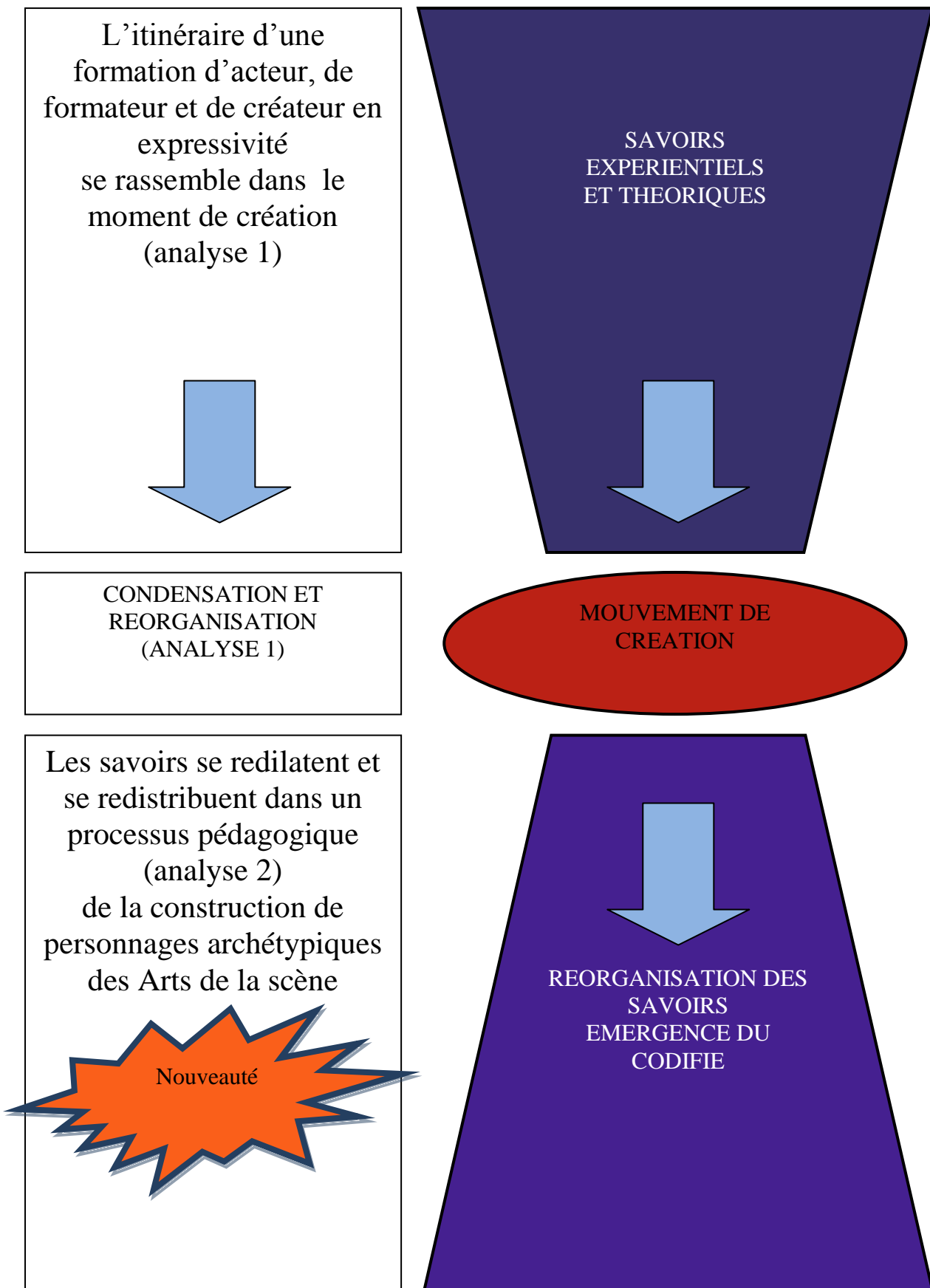
La construction d'une nature de rapport au corps sensible, qui est la première étape de mon modèle, s'inscrit par exemple dans l'organicité de Grotowski, dans l'extra-quotidienneté de Barba, dans le sens du mouvement de Stanislavski, dans un regard sur le corps non-psychologique de Delbono et Meyerhold. Le champ du Sensible introduit comme nouveauté le vécu d'une dynamique interne, non-volontaire, permettant une qualité de présence à soi.

La deuxième étape fait apparaître le corps comme porteur de structure et de cohérence interne et s'inscrit dans une dynamique de recherche contemporaine où nous retrouvons l'Anthropologie Théâtrale de Barba, le dialogue tonique pour Wallon et les homologues posturales pour Robert-Ouvray. Dans le champ du Sensible, la biomécanique sensorielle vient offrir comme nouveauté, l'appui d'une organisation interne qui peut être conscientisée.

La troisième étape fait apparaître le corps comme capable de s'enrichir de différentes manières. Plusieurs chercheurs ont apporté leur point de vue sur cet enrichissement du corps et de la personne, comme par exemple la *via negativa* de Grotowski, le training de Barba, la ligne des actions physiques de Stanislavski. Le Sensible de Bois est adossé à une véritable pédagogie perceptive pour enrichir la présence au corps et à soi. D'autres ont développé ou repéré des natures d'apprentissage singulier comme l'apprentissage sensori-moteur de Wallon et Bullinger, l'Art-thérapie de Benavides, le masque pour Freixe, le geste psychologique pour Chekov, la biomécanique pour Meyerhold. Dans le champ du Sensible, la nouveauté vient de l'élaboration d'une véritable gymnastique sensorielle dont le codifié est sa synthèse.

La quatrième et dernière étape de ce modèle de progression des savoirs expérimentiels et théoriques qui entre en jeu dans la création du codifié des personnages du Sensible, est celle faisant apparaître le corps comme lieu de la personnalité. Ce lien corps/psychisme est présent chez de nombreux chercheurs contemporains comme Jung avec la notion d'archétype, rencontré dans mon parcours avec les masques de Commedia dell'Arte ainsi qu'avec le travail du geste psychologique de Chekov. Il l'est aussi chez Stanislavski et son Système mondialement célèbre grâce à l'Actor's Studio, chez Mnouchkine et le travail de l'imagination corporelle, chez Jovet et son point de vue sur le comédien désincarné, chez Allport et l'approche dispositionnelle de la personnalité. On le retrouve également dans la notion d'expressivité, celle du corps de Merleau-Ponty et son application en Art-thérapie par Benavides mais surtout, dans le cadre de cette recherche, l'expressivité du Sensible de Bois. Cette dernière est basée sur une véritable continuité perceptive entre le vécu interne, subjectif, intime d'une personne jusqu'à son déploiement dans le visible, l'objectivable, le partageable.

Cette modélisation me permet d'envisager la possibilité de toucher à une dimension universelle d'une anthropologie fondamentale, c'est-à-dire au-delà du social et du culturel, et ce, dans le paradigme du Sensible et sa voie expressive qui est la mienne.



**Figure 2** : Modèle général de la création "d'une vie"



## CONCLUSION ET PERSPECTIVES

*Il n'était plus question d'enseigner ou d'apprendre quelque chose, de tracer une méthode personnelle, de découvrir de nouvelles techniques, de trouver un langage original, de démystifier les autres ou soi-même. Seulement de ne pas avoir peur l'un de l'autre, d'avoir le courage de s'approcher l'un de l'autre jusqu'à devenir transparent et laisser entrevoir soudain le puits de sa propre expérience.*

Barba<sup>33</sup>

Pour conclure cette aventure de création qu'est un mémoire de master, je propose de commencer par une synthèse des différents résultats qui ont émergé de cette recherche ainsi que des limites de cette dernière. Je terminerai par exposer certaines perspectives qu'elle ouvre au monde de l'art, de l'accompagnement et du Sensible.

Cette recherche avait pour objectif de rendre visible l'ensemble du processus de création d'un outil pédagogique singulier appelé le codifié des personnages du Sensible. Les résultats qui en ressortent sont de plusieurs ordres : en premier lieu la modélisation de la progression des savoirs expérimentiels et théoriques qui entrent en jeu dans la création du codifié des personnages du Sensible dans le champ de l'expressivité, ce modèle sera suivi d'un autre, celui de la modélisation générale de la création "d'une vie", ensuite, en troisième lieu, nous aurons la possibilité de regarder le Sensible comme "source d'affirmation de soi" constitutive de la personnalité et enfin, en dernier lieu, de mieux comprendre l'articulation entre personnalité et Sensible. Je vais maintenant détailler ces différents résultats.

---

<sup>33</sup> Barba, E. (1985). *Anatomie de l'acteur, traité d'anthropologie théâtrale*. Ed. Bouffonneries contrastes. p. 33

Mon premier résultat de recherche est la modélisation d'un processus de création pédagogique dans le champ du Sensible (cf. figure 1, p. 120-121). Cette modélisation est menée sous plusieurs angles : sous l'angle de la micro-temporalité, ensuite sous l'angle de l'articulation entre micro-temporalité et macro-temporalité et enfin, sous l'angle de la progression pédagogique. Ce modèle révèle l'importance, dans son organisation, d'une progressivité à respecter dans le cadre de la pédagogie de l'expressivité du Sensible. Partant de la construction d'un lien non-habituel, non-usuel, extra-quotidien avec le corps jusqu'à un enrichissement de la personnalité, cette progressivité s'appuie sur un corps vécu comme possédant une architecture interne et qui est éduicable. Elle montre l'importance de créer comme première étape un lien particulier avec le corps qui, dans le champ du Sensible, peut être vécu comme porteur d'un fort sentiment d'existence. C'est l'enrichissement des potentialités perceptives qui permet ce dévoilement de "l'autre en soi". Bois (2013) définit cette partie non explorée de l'homme comme « [...] la région sauvage du Sensible » et précise qu'elle est « partie constitutive de la nature humaine [...] ». » (p. 31).

A partir de ce vécu du corps et de la structuration dans une forme codifiée définie, il y a induction de la forme sur le fond, la forme du corps orientant un vécu intérieur. Cet ensemble d'invariants, mouvements de base, modulations toniques, invariants expressifs, se structurent en postures. Ces dernières amènent la personne vers une nature de comportement psychologique bien précis. La posture agit de façon similaire au masque de Commedia, elle est une forme, non de cuir, mais de chair qui oriente le jeu vers une dynamique spécifique enrichissant la personnalité.

Mon deuxième résultat de recherche est la modélisation du parcours général de la création du codifié des personnages du Sensible. Cette modélisation (v. figure 2), synthétise les analyses macro/micro temporelles et l'analyse et discussion théorique du parcours expérientiel d'une vie. Elle permet de faire apparaître la réorganisation permanente des savoirs lors d'une création, ainsi que le mouvement auquel ces savoirs sont soumis lors d'une création. Je peux constater qu'il y a, dans un premier temps, un mouvement de contraction, de condensation de ces savoirs dans l'instant de création pour, dans un deuxième temps, se redilater, se redistribuer, se réorganiser dans un processus pédagogique. C'est également dans ce deuxième temps que se trouve un enseignement - le modèle d'un processus de création - pour moi-même, pour ma communauté et pour la communauté scientifique.

Mon troisième résultat tient à la structure même de mon modèle qui propose de regarder l'expérience du Sensible comme pouvant être perçue comme "source d'affirmation de soi" constitutive de la personnalité. Je rappelle qu'une source d'affirmation de soi, dans l'approche dispositionnelle de la psychologie de la personnalité, est le lieu où l'on apprend à répéter ou non un certain comportement, où l'on apprend à répéter un comportement souhaité et à éviter ceux mal adaptés ; cette source ne peut se trouver, dans l'approche des dispositions, que chez soi ou chez les autres. Cette "source d'affirmation de soi" devenue Sensible permet enrichissement, adaptation et transformation de la personne par le biais d'une corporalité.

L'outil du codifié des personnages du Sensible apporte une structuration du corps et du mouvement pouvant amener une personne à faire l'expérience de différentes natures de personnages enrichissant alors sa personnalité. Lors de l'interprétation de ces personnalités fictives, la personne peut goûter à une richesse adaptative nouvelle, comme si chacune d'entre elles offrent de nouvelles perspectives comportementales.

Le quatrième résultat de recherche contribue à mieux comprendre l'articulation entre la personnalité et le Sensible. En effet, mon cheminement dans cette recherche a commencé avant la rédaction de ce master par la rencontre avec une typologie de la personnalité partagée par le Pr. Baro. Cette approche de la personnalité appartient au champ de la psychologie de la personnalité. Toute typologie est un classement, ici de type psychologique, et comme tout classement, il rassemble et définit les contours propres à chaque type de personnalité. Cette restriction dans la description peut être caricaturale.

Le codifié des personnages du Sensible permet de voyager d'une structure de personnage à une autre. C'est comme si l'ensemble de ces personnages, qui sont des personnalités fictives, offrent une richesse comportementale. La personne peut avoir plusieurs cartes dans son jeu expressif et ne plus être enfermée dans une seule nature de réaction. Grâce à la richesse interprétative des personnages, plusieurs manières d'être sont possibles permettant à une personne de rencontrer sa richesse expressive qui est aussi une richesse adaptative et par conséquent une richesse psychologique. Ainsi, au travers de cette circulation, la personne peut faire l'expérience d'une adaptation de sa personnalité.

Aller vers une topologie (*topos* : lieu et *logos* : étude) de la personnalité, c'est redonner à la personne la possibilité de se déplacer à l'intérieur d'elle-même. La topologie est synonyme de géométrie des positions, elle donne sens aux notions de voisinage, de continuité, de limite. Dans le champ du Sensible, la personnalité peut alors être regardée comme en

mouvement, pouvant voyager, s'adapter et trouver le paysage intérieur correspondant le mieux à la situation dans laquelle elle se trouve.

Ce travail de recherche présente, malgré sa richesse, des limites qui sont dues principalement à mes choix épistémiques et méthodologiques. En effet, ma posture épistémologique est tournée radicalement en première personne et je suis donc resté, dans tout le parcours de cette recherche, dans un questionnement sur et avec moi-même. Au niveau méthodologique, le recueil de données sous forme de récit de création est une description de ma propre expérience que j'ai ensuite catégorisée et analysée sans confrontation avec d'autres personnes. Il me semble que sur ce plan, d'avantage d'intersubjectivité, aurait pu apporter d'avantage de nuance ou une certaine distanciation. Cette intersubjectivité s'est jouée principalement dans l'analyse et la discussion théorique que j'ai eue avec les chercheurs et professionnels des différentes disciplines concernées.

Comme je l'ai annoncé au début de ce master, ce travail est une première étape dans l'élaboration d'un processus de recherche plus long. Je souhaite, dès maintenant, réinvestir dans une recherche doctorale l'ensemble des résultats que j'ai obtenus. Ceux-ci ayant clarifié mon objet de recherche, je pourrai alors investiguer les impacts du codifié des personnages du Sensible sur les stagiaires en expressivité. Je pourrai également observer les effets de construction d'un personnage, vécu comme personnalité fictive, sur la personnalité bien réelle de mes stagiaires en expressivité.

La poursuite de cette recherche permettrait de nourrir et d'enrichir la question du rapport entre corporalité et personnalité, corps et psychologie.



# **BIBLIOGRAPHIE**



- Allport, G.W. (1970). *Structure et développement de la personnalité*. Ed. Delachaux & Niestlé.
- André, P. ; Benavides, T. ; Canchy-Giromini, F. (1996). *Corps et Psychiatrie*. Ed. Heures de France.
- Agnel, A. (2008). *Dictionnaire Jung*. Ed. Ellipses.
- Austry, D. ; Berger, E. (2009). *Le chercheur du Sensible : sa posture entre implication et distanciation*. Actes du 2ème colloque international francophone sur les méthodes qualitatives, Lille, juin 2009.
- Austry, D ; Bois, D. (2007). *Vers l'émergence du paradigme du Sensible*. Revue Réciprocité N° 1, Ed. CERAP.
- Autant-Mathieu, M-C. (2007). *La ligne des actions physiques : répétitions et exercices de Stanislavski*. Ed. L'Entretemps.
- Barba, E. (1982). *L'archipel du théâtre*. Ed. Bouffonneries contrastes.
- Barba, E., Savarese, N. (1985). *Anatomie de l'acteur, traité d'anthropologie théâtrale*. Ed. Bouffonneries contrastes.
- Barba, E. (1999). *Solitude, métier, révolte*. Ed. L'Entretemps.
- Barba, E. (2000). *La terre de cendre et de diamants*. Ed. L'Entretemps.
- Barba, E. (2004). *Le canoë de papier*. Ed. L'Entretemps.
- Barba, E. (2011). *Brûler sa maison : origine d'un metteur en scène*. Ed. L'Entretemps.
- Barbara, R. (1997). *Merleau-Ponty*. Ed. Ellipses.
- Baro, F. (2006). *Coping et troubles de la personnalité*. Revue Tempo Médical. Juin.
- Bauthier, E. ; Rochex, J-Y. (1999). *Henri Wallon, l'enfant et ses milieux*. Ed. Hachette Education.
- Benedetto, P. (2008). *Psychologie de la personnalité*. Ed. De Boeck Université.
- Bernstein, N.A. (1967). *The co-ordination and regulation of movements*. Ed. : Pergamon Press.
- Berger, E. (2004). *Le mouvement dans tous ses états*. Ed. Point d'Appui.
- Berger, E. (2006) *La somato-psychopédagogie*. Ed. Point d'Appui.
- Berger, E. (2009). *Rapport au corps et création de sens en formation d'adultes. Etude à partir du modèle somato-psychopédagogique*. Université Paris VIII, thèse de doctorat.
- Berger, E. ; Bois, D. (2008). *Expérience du corps sensible et création de sens*. In Abadie S. (dir.), *La clinique du sport et de ses pratiques*. Ed. Presses Universitaires de Nancy.
- Berger, E. ; Bois, D. (2011). *Du sensible au sens : un chemin d'autonomisation du sujet connaissant*. Université de Nantes. Ed. Téraèdre.

- Berger, E. ; Vermersch, P. (2006). *Réduction phénoménologique et épochè corporelle : Psycho-phénoménologie de la pratique du 'point d'appui'*. Revue Expliciter. N° 67
- Bois, D. (2005). *Corps sensible et transformation des représentations : propositions pour un modèle perceptivo-cognitif de la formation*. Tesina en didactique et organisation des institutions éducatives. Université de Séville.
- Bois, D. (2006a). *Le moi renouvelé, introduction à la somato-psychopédagogie*. Ed. Point d'Appui.
- Bois, D. (2006b). *Processus de transformation corps objet - corps sujet – corps sensible. Accompagnement dans la relation d'aide manuelle*. Support de cours de master en psychopédagogie perceptive, janvier 2006.
- Bois, D. (2007). *Le corps sensible et la transformation des représentations chez l'adulte*. Thèse de Doctorat en didactique et organisation des institutions éducatives. Université de Séville.
- Bois, D. (2009a). *De la fasciathérapie à la somato-psychopédagogie*. In Bois, D. Josso, M.C., Humpich, M., *Sujet sensible et renouvellement du moi*. Ed. Point d'Appui.
- Bois, D. (2009b). *Relation au corps sensible et potentialité de l'être humain*. In Bois, Humpich. *Vers l'accomplissement de l'être humain*. Ed. Point d'Appui.
- Bois, D. (2013). *L'homme autrui de lui-même : cheminer vers soi, c'est cheminer vers autrui*. In Bois, D., Gauthier J-P., Humpich M., Rugira J-M. *Identités, altérités, réciprocity : articulation au cœur des actions d'accompagnement et de formation*. Ed. Inbutu.
- Bonange, J-B. (1998). *Découvrir son propre clown*. In *Thérapie psychomotrice et recherches*. Revue n°113.
- Bonange, J-B. ; Sylvander, B. (2012). *Voyage(s) sur la diagonale du clown*. Ed. L'Harmattan.
- Bourhis, H. (1999). *La biomécanique sensorielle méthode Danis Bois*. Ed. Point d'Appui.
- Bourhis, H. (2002). *Le sens de l'équilibre*. Ed. Point d'Appui.
- Bourhis, H. (2009). *Pédagogies du Sensible et enrichissement des potentialités perceptives*. In Bois, Humpich. *Vers l'accomplissement de l'être humain*. Ed. Point d'Appui.
- Bourhis, H. (2012). *Toucher de relation sur le mode du Sensible et intelligence sensorielle*. Thèse de doctorat en science de l'éducation. Paris VIII.
- Brassai. (1964). *Conversation avec Picasso*. Ed. Gallimard.
- Brook, P. (1977). *L'espace vide, écrits sur le théâtre*. Ed. Seuil.
- Brook, P. (1991). *Collectif : le corps en jeu*. Collection : Arts du Spectacle. Ed. CNRS.
- Brook, P. (1992). *Le diable c'est l'ennui*. Ed. Actes Sud.

- Brook, P. (1993). *Points de suspension*. Ed. Seuil.
- Brook, P. (2003). *Oublier le temps*. Ed. Seuil.
- Brook, P. (2006). *Entre deux silences*. Ed. Actes Sud.
- Brook, P. (2009). *Avec Grotowski*. Ed. Actes Sud.
- Bruneau, M. (2007). *Traiter de recherche création en Art*. Ed. Presses de l'université du Québec.
- Bullinger, A. (2008). *Le développement sensori-moteur de l'enfant et ses avatars*. Ed. Erès.
- Burns, S. L. (2007). *Le récit comme outil d'autoréflexivité, d'auto-conscientisation et d'auto-construction*. In Bruneau, Villeneuve. *Traiter de recherche création en Art*. Ed. Presses de l'université du Québec.
- Cervantès, F. ; Germain, C. (2009) *Le clown Arletti, vingt ans de ravissement*. Ed. Magellan & Cie.
- Chekov, M. (2007). *Etre acteur, technique du comédien*. Paris : édition Pygmalion.
- Courraud, C. (2007). *Toucher psychotonique et relation d'aide : l'accompagnement du patient dans le cadre de la kinésithérapie et de la fasciathérapie*. Mémoire de Master en Psychopédagogie Perceptive, Université de Lisbonne.
- Courraud, C. (2009). *L'entretien tissulaire : une pratique de la relation d'aide en fasciathérapie*. in Bois, D. Josso, M.C., Humpich, M., *Sujet sensible et renouvellement du moi*. Ed. Point d'Appui.
- Duprat, E. (2009). *Relation au corps sensible et image de soi*. in Bois, D. Josso, M.C., Humpich, M., *Sujet sensible et renouvellement du moi*. Ed. Point d'Appui.
- Delbono, P. (2004a). *Le corps de l'acteur ou la nécessité de trouver un autre langage*. Ed. Les Solitaires Intempestifs.
- Delbono, P. (2004b). *Mon théâtre*. Ed. Actes Sud.
- Dullin, C. (1946). *Souvenirs et notes de travail d'un acteur*. Ed. Lieutier.
- Dullin, C. (1969). *Ce sont les Dieux qu'il nous faut*. Ed. Gallimard, N.R.F.
- Féral, J. (2001). *Mise en scène et jeu de l'acteur tome II*. Ed. Jeu et Ed. Lansmann.
- Féral, J. (2003). *L'école du jeu. Former ou transmettre...les chemins de l'enseignement théâtral*. Ed. L'Entretemps.
- Freix, G. (2010). *Les utopies du masques sur les scènes européennes du XXe siècle*. Ed. L'Entretemps.
- Escalier, I. (2009). *La gymnastique sensorielle pour tous*. Ed. Guy Tredaniel.
- Fo, D. (1990). *Le gai savoir de l'acteur*. Ed. De L'Arche.
- Georges, R. (1985). *Les nuits échangées*. Ed. Lettres Vives.

- Georges, R. (1986). *Psaume de silence*. Ed. Lettres Vives.
- Giovannoni, J-L. (1985). *Les choses naissent et se referment aussitôt*. Ed. Unes.
- Gosselin, P. (2009). *La recherche création : pour une compréhension de la recherche en pratique artistique*. Ed. Presses de l'université du Québec.
- Grotowski, J. (1968). *Entretien France Culture*. Ed. Collège de France.
- Grotowski, J. (1971). *Vers un théâtre pauvre*. Ed. L'Age d'Homme.
- Grotowski, J. (1993). *De la compagnie théâtrale à l'art comme véhicule*. In Richards, T. (1995). *Travailler avec Grotowski*. Ed. Actes Sud.
- Hansenne, M. (2007). *Psychologie de la personnalité*. Ed. De Boeck Université.
- Hottier, P. (1989). *Livret de présentation du spectacle « Ivanov » de Tchekhov*. Ed. Théâtre du Phénix.
- Houde, R. (1999). *Les temps de la vie*. Ed. Gaëtan Morin.
- Humpich, M. ; Lefloch, G. (2009). *L'émergence du sujet sensible : itinéraire d'une rencontre au cœur de soi*. in Bois, Josso, Humpich. *Sujet sensible et renouvellement du moi*. Ed. Point d'appui.
- Huston, N. (2008). *L'espèce fabulatrice*. Ed. Babel-Actes sud.
- Josso, M-C. (1991). *Cheminer vers soi*. Ed. L'Age d'Homme.
- Josso, M-C. (2000). *La formation au cœur des récits de vie : expériences et savoirs universitaires*. Ed. L'Harmattan.
- Josso, M-C. (2011). *Expériences de vie et formation*. Ed. L'Harmattan.
- Jouvet, L. (1952). *Témoignages sur le Théâtre*. Ed. Flammarion.
- Jouvet, L. (1954). *Le comédien désincarné*. Ed. Flammarion.
- Jung, C. G. (1995). *Les racines de la conscience*. Ed. Buchet/Chastel.
- Koestler, K. (1964). *Le cri d'Archimède : la découverte de l'Art et l'art de la Découverte*. Ed. Les Belles Lettres.
- Leão, M. (2005). *La présence totale au mouvement*. Ed. Point d'Appui.
- Lecuyer, R. ; Pecheux, M-G. ; Streri, A. (1994). *Le développement cognitif du nourrisson tome 1 & 2*. Ed. Nathan Université.
- Lefloch, G. (2008). *Rapport au Sensible et expérience de la relation de couple*. Mémoire de Master en psychopédagogie perceptive, Université Moderne de Lisbonne.
- Lieutaud, A. (2007). *Devenir praticien-chercheur. Le processus de transformation du praticien somato-psychopédagogue au contact de la recherche*. Master en Psychopédagogie perceptive, Université Moderne de Lisbonne
- Magnavita, J.J. (2002). *Contemporary approaches to the sciences of personality*. Ed. Wiley.

- Maine de Biran, (2005). *De l'aperception immédiate, mémoire de Berlin*. Ed. Livre de poche.
- Merleau-Ponty, M. (1945). *Phénoménologie de la perception*. Ed. Gallimard, Tell.
- Meyerhold, V. (1975). *Ecrits sur le théâtre. Tome II. 1917-1929*. Ed. L'Age d'Homme.
- Millon, T. (2010). *Contemporary directions in psychopathology : scientific foundation of the DSM-V and IC-11*. Ed. Guilford press.
- Millon, T. (2011). *Disorders of personality*. 3<sup>ème</sup> édition. Ed. John Wiley & Sons.
- Mnouchkine, A. (1986). *Ariane Mnouchkine : l'acteur est un scaphandrier de l'âme*. Journal « Le Soir » Belgique.
- Mnouchkine, A. (2009). *Ariane Mnouchkine*. Ed. Actes Sud-Papiers.
- Noël, A. (2001). *La gymnastique sensorielle*. Ed. Point d'Appui.
- Oida, Y. (1992). *L'acteur flottant*. Ed. Actes Sud.
- Oida, Y. (1998). *L'acteur invisible*. Ed. Actes Sud.
- Oida, Y. (2007). *L'acteur rusé*. Ed. Actes Sud.
- Paillard, J. (1971). *Les déterminants moteurs de l'organisation de l'espace*. Ed. Cahiers de psychologie n°14.
- Paillé, P. ; Mucchielli, A. (2008). *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*. Ed. Armand Colin.
- Piaget, J. (1977). *La naissance de l'intelligence chez l'enfant*. Ed. Delachaux et Niestlé.
- Pezin, P. (2003). *Voyage en Commedia dell'Arte*. Ed. L'Entretemps.
- Quéré, N. (2004). *La Pulsologie*. Ed. Point d'Appui.
- Rey, A. (1994). *Le Robert. Dictionnaire historique de la langue française*. Ed. Le Robert.
- Richards, T. (1995). *Travailler avec Grotowski sur les actions physiques*. Ed. Actes Sud.
- Robert Ouvray, S. (2007). *Intégration motrice et développement psychique, une théorie de la psychomotricité*. Ed. Desclée de Brouwer.
- Rosenberg, S. (2007). *La parole du Sensible, de l'expérience en première personne au point de vue en première personne*. In Bois, D. Josso, M.C., Humpich, M., *Sujet sensible et renouvellement du moi*. Ed. Point d'Appui.
- Servant Laval, A. *Anatomie fonctionnelle : posture et tonus*. In Faculté de médecine Pierre et Marie Curie. Site de la faculté de médecin Pierre et Marie Curie (pages consultées le 02 janvier 2010).
- Stanislavski, C. (1984). *La construction du personnage*. Ed. Pygmalion/Gérard Watelet.
- Stanislavski, C. (1986). *La formation de l'acteur*. Ed. Pygmalion/Gérard Watelet.
- Stanislavski, C. (2000). *Ma vie dans l'art*. Ed. L'Age d'homme.

- Streri, A. (1991). *Voir, atteindre, toucher les relations entre la vision et le toucher chez le bébé*. Ed. Puf.
- Surel-Tupin, M. (1985). *Charles Dullin*. Ed. Cahiers théâtre Louvain.
- Todd, M E. (2002). *Le corps pensant*. Ed. Contredanse.
- Vermersch, P. (2000a). *Questions sur le point de vue en première personne*. Revue Expliciter. N° 35
- Vermersch, P. (2000b). *L'explicitation phénoménologique à partir du point de vue en première personne*. Revue Expliciter. N° 36
- Vermersch, P. (2005). *Aide à l'explicitation et retour réflexif*. Revue Expliciter. N° 59
- Vermersch, P. (2006). *Rétention, passivité, visée à vide, intention éveillant. Phénoménologie et pratique de l'explicitation*. Revue Expliciter. N° 65
- Vigarello, G. (2001). *Le corps redressé*. Ed. Armand Collin.
- Wallon, H. (1934). *Les origines du caractère chez l'enfant : les préludes du sentiment de personnalité*. Ed. Boivin.
- Wallon, H. (1958). *Fondements métaphysiques ou fondements dialectiques de la psychologie*. Ed. Persée, vol. 16.
- Wallon, H. (2006). *L'évolution psychologique de l'enfant*. Ed. Armand Collin.



# **ANNEXES**



## **Annexe 1**

**Récit de création du codifié des personnages du Sensible à  
l'œuvre dans l'expressivité et la créativité des arts de la  
scène**



1 J'ai choisi de découper ce parcours en différents chapitres, chacun d'eux étant  
2 représentatif, à mes yeux, d'un moment important dans la constitution de ce codifié mais aussi  
3 dans ma propre construction. Je commencerai par une genèse, pour offrir quelques moments  
4 fondateurs de mon parcours. Ensuite, je traiterai de la découverte du monde théâtral avec la  
5 rencontre d'un travail du corps particulier. En troisième lieu je décrirai la rencontre avec un  
6 codifié dans le monde du théâtre et l'importance que j'en ai tirée. Puis, quatrième, la  
7 rencontre avec le travail de création de personnage. En cinquième lieu je partagerai une  
8 période d'errance et de quête qui a défini encore plus profondément mes choix et qui m'a  
9 amené, en sixième lieu à la rencontre avec le Pr. Bois et le paradigme du Sensible. Enfin, je  
10 présenterai la découverte des profils de personnalité en psychologie avec le Pr. Baro et je  
11 terminerai par le moment de création lui-même.

12

### 13 **1. La genèse : naissance d'une passion**

14

15 Je peux dire que mon désir d'expression remonte au jour où mon père m'a parlé avec  
16 enthousiasme, vers quatorze ans, de ses spectacles lors de son service militaire. La joie qui se  
17 dégageait de ces échanges, l'humour et la légèreté que je pouvais observer sur les quelques  
18 photos qu'il me montrait, mais surtout le parfum de nostalgie qui l'habitait, lui, PDG d'une  
19 entreprise d'emballage, m'ont laissé une trace qui, aujourd'hui, me fait dire que j'ai poursuivi  
20 un désir inassouvi de mon père. Etant l'aîné de la famille, j'étais celui qui reprendrait les  
21 rênes de l'entreprise. Je n'ai jamais réalisé ce projet, ce dont mon père ne m'a jamais tenu  
22 rigueur. C'est toujours avec curiosité sur mon parcours qu'il m'a accueilli, qu'il en soit ici  
23 remercié.

24 Mes parents m'emmenaient souvent au *Théâtre des Galeries* à Bruxelles, vers mes 16  
25 ans (1978). J'y trouvais des spectacles de Vaudeville où je m'ennuyais, où je ne me sentais  
26 pas concerné par les propos ainsi que par le jeu des acteurs. En effet, non seulement ce théâtre  
27 était celui que mes parents appréciaient, ceci étant une raison suffisante pour un adolescent en  
28 recherche d'identité, de s'y opposer, mais de plus, le manque d'authenticité, de surprise,  
29 m'éloignait de cette forme d'expression. Je pouvais penser, à cette époque, que le théâtre était  
30 ce que je rencontrais dans cette salle capitonnée recouverte de dorure et aux fauteuils  
31 confortables, des personnes jouant la comédie, n'offrant qu'une superficialité, une  
32 représentation de la vie. A cet âge, j'avais plus envie d'intensité, de vérité, d'engagement et

33 de surprise dans un acte créateur que de voir sur un plateau les misères des relations de  
34 couple, je ne m'y reconnaissais pas.

35

36 Deux ans plus tard, faisant partie d'un groupe de rock, nous avons fait, avec ses  
37 membres, plusieurs concerts dans le lieu d'une compagnie de théâtre contemporain, le  
38 *Théâtre du Plan K*, qui possédait une friche industrielle servant d'espace d'expression à toutes  
39 les avant-gardes. C'est par curiosité que j'ai assisté le lendemain à une de leur  
40 représentation « *Quarantaine* ». Ce fut un choc esthétique, visuel et musical ; des acteurs  
41 dansant au son d'une musique répétitive et envoûtante de Michael Galasso, une bulle se  
42 gonflant lentement éclairée par des gerbes d'étincelles, des hommes perdus dans de grands  
43 tubes en plexiglas écrivant dans l'air une histoire inconnue. Tout cela était extraordinaire,  
44 dans le sens de " hors de l'ordinaire", du quotidien, de l'habituel. Ma première pensée a été :  
45 " Je ne savais pas que l'on pouvait faire cela... ! ". C'est comme si un champ expérientiel et  
46 cognitif s'ouvrait à moi, un nouveau monde expressif était possible. En effet, en associant  
47 matière, musique et corps, les images que cette compagnie provoquait, me permettaient  
48 d'accéder à des comportements profonds de l'être humain, comme l'aliénation ou un  
49 enfermement obsessionnel dans les gestes répétitifs que les comédiens réalisaient. Ces  
50 associations permettaient également d'accéder à un renouvellement de mes représentations.  
51 Par exemple le fait de voir leurs corps, souvent sans parole, exprimer par le biais de  
52 mouvements bien précis une série d'états et me les transmettre avec authenticité me  
53 bouleversait. En effet, pour moi le théâtre c'était jusque là de la comédie, quelque chose qui  
54 ne touchait pas la vie, ma vie. Ce jour là, je pris conscience que j'avais un être humain en face  
55 de moi qui me partageait des instants de son intimité et qui me permettait du coup de  
56 rencontrer la mienne. Comment s'y prenaient-ils ? J'ai voulu rencontrer tout de suite le travail  
57 des membres du *Plan K*. Par chance, un acteur de cette compagnie organisait un stage et  
58 fondait sa propre troupe. C'était au mois de juillet 1981, juste après mon bac.

59

## 60 **2. Un corps expressif**

61

62 C'est à ce stage que j'ai eu la sensation de naître une première fois, à dix neuf ans.  
63 C'est par mon corps que je suis né ou plutôt par ce qui animait mon corps. Une sensation de  
64 liberté créatrice, de joie de me sentir bouger sans retenue, avec puissance et légèreté à la fois,  
65 lors de propositions d'improvisations théâtrales. Le soir, courbaturé, le corps repu de

66 mouvements physiques intenses, je m'écroulais dans le dortoir du centre de formation  
67 artistique de Neufchâteau en Belgique. Je découvrais, émerveillé, l'approche Grotowskienne,  
68 basée sur le corps, dispensée par Ali Mebirouk, ancien membre du *Plan K*, directeur et  
69 fondateur du *Théâtre de Banlieue* à Bruxelles, troupe avec laquelle j'ai travaillé pendant six  
70 ans.

71 Je sus profondément, à ce moment là, que mon chemin de création passerait par le  
72 corps, le corps en jeu ; jeu de théâtre bien sûr mais également mise en acte de ma vie au  
73 travers de mon corps. D'où m'est venue cette sensation d'évidence ? J'étais quelqu'un de  
74 secret, pas par volonté de cacher quelque chose, mais plus par difficulté à accéder à ma propre  
75 profondeur, mes propres motivations, mes propres intentions. Tandis qu'au travers de cette  
76 expérience du corps expressif, je trouvais un nouveau moyen de communication plus sincère,  
77 plus vrai, plus entier. Mon corps avait sa parole et celle-ci me racontait, c'est comme si je  
78 pouvais percevoir des informations nouvelles dans mon corps s'exprimant par le biais du  
79 mouvement. Ces sensations rencontrées au cours du stage ont continuées à se déployées, car  
80 après cette rencontre je me suis engagé dans la voie professionnelle de l'acteur.

81  
82 Pendant cette période de collaboration avec le Théâtre de Banlieue, j'ai rencontré  
83 Ludwik Flaszen, dramaturge et collaborateur de Jerzy Grotowski, et ai travaillé avec lui  
84 pendant six mois. Cet homme, petit, à la corpulence massive et ramassée, pouvait, en une  
85 fraction de seconde, se transformer en zébulon, sautant avec légèreté et puissance à travers  
86 toute la salle de travail. Aujourd'hui, en me remémorant ces moments de travail, je peux  
87 observer que dans sa direction du groupe d'acteur que nous étions, il choisissait toujours  
88 précisément les moments où il fallait relancer la dynamique de mouvement du groupe pour le  
89 pousser plus loin, les moments où il fallait arrêter et travailler individuellement les textes pour  
90 pénétrer plus en profondeur en chacun d'entre nous. Cet homme avait des repères, il savait  
91 lire dans nos corps les signes qui allaient permettre une création plus authentique. Il avait des  
92 protocoles pour nous préparer à un « acte total ». Grotowski (1971) en donne la définition  
93 suivante : « L'acte de l'acteur – écartant les demi-mesures, se révélant, s'ouvrant, émergeant  
94 de lui-même en opposition à la fermeture – est une invitation au spectateur. Cet acte peut être  
95 comparé à un acte profondément enraciné, un amour véritable entre deux êtres humains – ce  
96 n'est qu'une comparaison dans la mesure où nous pouvons nous référer à « l'émergence de  
97 soi-même » par analogie. Cet acte, paradoxal et extrême, nous l'appelons acte total. » (p. 214)  
98 Cependant, rien de cette arrière-scène pédagogique n'était dévoilé, à part dans le livre de

99 Grotowski (1971) *Vers un théâtre pauvre* que j'ai découvert quelques années après avoir  
100 commencé ce travail.

101 J'avais le sentiment de me méconnaître avant cette expérience, d'être dans un  
102 brouillard, dans une confusion d'existence. J'ai couru, sauté, gesticulé dans toutes les  
103 orientations possibles jusqu'à épuisement, et là, dans un lâcher prise, lorsque ma pensée  
104 capitulait, lorsque ma volition abdiquait, j'accédais à une part de moi nouvelle, non décidée,  
105 organique, c'est-à-dire en amont de la pensée et pourtant extrêmement lucide. Ces premières  
106 expériences théâtrales m'ont questionné. Qu'est-ce que mon geste découvrait de moi ?  
107 Découvrir a pour moi deux sens ; le premier est de révéler un inconnu de moi, un paysage  
108 encore inexploré, une authenticité de moi à moi ; le deuxième est de montrer à l'autre ce qui  
109 était caché, latent, qui n'osait pas, une authenticité de moi à l'autre. Mais surtout, quels  
110 protocoles permettaient à l'acteur que j'étais, d'accéder à cette qualité d'expression, de  
111 rencontrer cette parole du corps ? Car ceux-ci restaient inaccessibles dans le travail de Ludwik  
112 Flaszen.

113

### 114 **3. Un outil pédagogique expressif dans le monde théâtral : le codifié** 115 **d'E. Barba**

116

117 Après trois années de spectacles avec le *Théâtre de Banlieue* (1984), j'ai rencontré,  
118 lors d'une tournée en Italie, au festival de Trévignano, deux acteurs emblématiques de l'*Odin*  
119 *Théâtre*, compagnie danoise fondée par Eugénio Barba : Torgeir Wethal et Ibn Nagel  
120 Rasmussen. Ceux-ci proposaient des ateliers de rencontre autour de leurs pratiques et de leurs  
121 recherches. C'est avec eux que j'ai rencontré pour la première fois un codifié expressif.  
122 Qu'est ce qu'un codifié ? C'est une structure chorégraphiée, un enchaînement de gestes précis  
123 qu'il faut dans un premier temps apprendre, mémoriser pour pouvoir ensuite le répéter et  
124 l'intégrer. " Intégrer " signifie pouvoir reproduire l'enchaînement sans être préoccupé par le  
125 souvenir de la forme. Lors de ce stage court, j'ai eu le temps de sentir que la précision, la  
126 contrainte même de la forme chorégraphiée m'a permis de sortir d'habitudes gestuelles  
127 acquises aux cours de ces trois premières années de travail. En effet, cette chorégraphie  
128 proposait des combinaisons, des coordinations et des associations de mouvements nouveaux  
129 m'obligeant à explorer des orientations ou des amplitudes qui ne m'étaient pas familières. De  
130 plus, cette structure gestuelle était rassurante. En effet, avant de commencer mes  
131 échauffements, combien de fois me suis-je demandé par quoi j'allais débiter, comment



132 j'allais m'y prendre ; ce codifié m'amenait rapidement à me préparer globalement c'est-à-dire  
133 physiquement, émotionnellement et psychologiquement.

134 Je vais détailler ces trois points en sachant que les consignes données étaient de garder  
135 la forme du codifié mais de varier trois paramètres : l'action, l'impulsion et l'intention. En  
136 premier lieu, la " préparation physique " : ce codifié mobilisait toute ma globalité articulaire et  
137 musculaire. Un des mouvements nous invitait à descendre sur les genoux, à partir de la  
138 posture debout, sans chuter, sans poser une main au sol pour se rattraper. Tout le corps  
139 descendait doucement, dans une attention constante au maintien du point d'équilibre entre  
140 l'envie du corps, par l'attraction terrestre de descendre et de chuter vers l'avant, et le haut du  
141 corps, penché vers l'arrière, maintenant une bascule évitant l'atterrissage trop brusque sur les  
142 genoux. Ensuite, la " préparation émotionnelle " : le fait de varier les impulsions dans le  
143 corps, qu'elles soient délicates et pouvant s'étirer dans le temps ou, à d'autres moments, plus  
144 puissantes tout en étant brusques et rapides, provoquaient des résonances nourrissant mon  
145 monde émotionnel en amont d'une réflexivité, d'une affectivité. Je veux dire par là que  
146 modifier les intensités des impulsions et leurs durées modifiaient le tonus de mon corps. Par  
147 conséquent, les modifications toniques altéraient les émotions (quand nous sommes  
148 hypotoniques, nous sommes plutôt déprimés alors que lorsque nous sommes hypertoniques,  
149 nous sommes plutôt dynamiques voir agressifs). Enfin, la " préparation psychologique " :  
150 ajouter à ce travail de codifié une intentionnalité venait offrir la possibilité d'y associer une  
151 pensée porteuse de dimension psychologique comme, par exemple : " Je me méfie de cette  
152 personne " ou " Je désire aller plus loin " ou encore " Je m'ouvre à différents possibles ". La  
153 forme du codifié se modifiait alors de l'intérieur, elle se nuancait en amplitude, en intensité ou  
154 en de légères variations d'orientation.

155 Ce n'est que bien plus tard, quand je lus les écrits de Barba, que je compris les enjeux  
156 que portait pour lui ce codifié. De la même manière qu'avec Ludwik Flaszen, les acteurs de  
157 l'*Odin Théâtre* n'expliquaient pas le pourquoi de chaque geste. Certes, ils me donnaient des  
158 directions de travail précises ; trouver des variations dans le rythme de l'enchaînement des  
159 différentes séquences du codifié, varier les orientations des différentes articulations pour ne  
160 pas rentrer dans un systématisme ou pour ne pas s'enfermer dans la forme. Mais pour autant,  
161 je n'avais toujours pas les voies d'accès à leur pédagogie.

162 Pourtant, Barba avait fondé l'anthropologie théâtrale, une discipline qui cherchait à  
163 repérer les éléments qui vont construire la présence dans le geste de l'acteur en observant tous  
164 les arts de représentation dans le monde. Il en avait retiré des " principes-qui-reviennent "  
165 selon ses mots, des lois qui, si l'acteur les applique, vont l'aider à rencontrer une qualité de

166 présence plus grande. Celles-ci sont par exemple : l'équilibre de luxe, les sats (sauts d'énergie  
167 dans le corps de l'acteur), la loi d'opposition, la loi d'omission, etc. Prenons l'exemple de la  
168 loi de l'équilibre de luxe. Barba observait qu'un regain de présence venait quand il y avait une  
169 altération de l'équilibre quotidien de l'acteur, celui-ci devait produire un effort attentionnel  
170 plus grand pour s'y maintenir. Il développait des stratégies toniques et musculaires pour  
171 réaliser l'effort demandé par ce changement, toutes ces modifications attiraient le regard du  
172 spectateur. Celui-ci sentait qu'il allait se passer quelque chose grâce à la tension générée par  
173 l'effort de l'acteur.

174 Ainsi, je compris beaucoup plus tard qu'un codifié, en plus d'être un outil me  
175 permettant de sortir d'habitus expressif et de m'offrir un cadre rassurant d'expérimentation,  
176 pouvait être aussi la synthèse pratique d'une analyse théorique. En effet, en pratiquant  
177 régulièrement ce codifié, j'avais pratiqué la théorie sans même la connaître, j'avais intégré par  
178 mon corps les lois qu'Eugénio Barba avait modélisées grâce à son observation des techniques  
179 de représentation dans le monde.

180

#### 181 **4. La création de personnage**

182

183 Au bout de six années de travail avec la troupe du *Théâtre de Banlieue* à Bruxelles,  
184 j'eus envie d'aller voir ailleurs, non par caprice mais parce que j'avais le sentiment de ne plus  
185 avancer, de ne plus progresser dans mon travail. Nous travaillions constamment à partir  
186 d'improvisations et uniquement sur des textes poétiques (par exemple E. Jabès, G. Bataille,  
187 W. S. Burroughs, C. Dotremont). Ce type de processus de création offrait une très grande  
188 liberté mais, au bout d'un temps, le fait de n'être confronté à aucune contrainte rendait le  
189 processus stérile ou alors m'offrait la sensation de devenir performant dans ce que je savais  
190 déjà bien faire... terriblement ennuyeux ! J'avais le sentiment, en cette année 1987, que je  
191 commençais à bien connaître le travail du corps expressif et à avoir une certaine compétence  
192 en ce domaine. Les compétences que j'avais à développer, où je me sentais plus faible,  
193 tournaient autour du travail vocal et de l'approche du texte théâtral. Cependant, je n'étais pas  
194 prêt à n'importe quoi pour accéder à cette nouvelle dimension du travail de l'acteur. Ma  
195 condition était que le texte devrait être abordé par le corps et uniquement par le corps. Je  
196 partis en quête d'une personne (metteur en scène, professeur ou autre) qui répondrait à ce  
197 critère et débuta ma recherche.

198 J'ai travaillé pendant un an, en Belgique, avec quelques metteurs en scène comme  
199 Marc Liebens et Jean Louvet, mais leurs propositions n'étaient pas assez radicales à mes  
200 yeux. Elles abordaient le texte de différents points de vue. Pour Liebens, le texte  
201 contemporain permettait surtout une création scénographique mais peu de travail du corps de  
202 l'acteur. Pour Louvet, le texte était abordé de manière sociale, c'est-à-dire par l'application  
203 des principes du *Théâtre de l'opprimé* d'Augusto Boal<sup>34</sup>, par le biais d'exercices d'écriture et  
204 ensuite de travail d'improvisation sur le plateau. Mais, là aussi, j'y ressentais une absence du  
205 corps de l'acteur comme partenaire de jeu. Cette année écoulée, j'étais désespéré, pensant  
206 même tout arrêter et reprendre un " métier sérieux " comme ne manquait pas de me le rappeler  
207 ma mère. C'est alors qu'un ami, ancien acteur du *Théâtre de Banlieue*, parti à Paris, m'appela  
208 pour me dire qu'il avait trouvé la personne que je cherchais ; c'était Philippe Hottier.

209 Philippe Hottier, ancien acteur du *Théâtre du Soleil* d'Ariane Mnouchkine, avait fondé  
210 sa propre compagnie : le *Théâtre du Phénix*. Il entrevoyait le « théâtre comme voie  
211 d'exploration de l'homme par lui-même, comme moyen de faire grandir l'être humain dans  
212 ses conceptions et dans ses actes et d'élargir sa conscience individuelle et collective <sup>35</sup> ». C'est  
213 avec lui que j'ai découvert le travail masqué, clownesque et la création de personnage. Cet  
214 homme était plus un visionnaire qu'un pédagogue, son point de vue était que l'acteur devait  
215 rencontrer sa dimension divine lui permettant de dominer sa psychologie. Toutes ses  
216 propositions d'entraînement de l'acteur se faisaient en musique et demandaient une puissance  
217 physique, une disponibilité et une adaptation constante des mouvements car il fallait épouser  
218 les moindres inflexions musicales et les traduire en gestes théâtraux ; en d'autres termes, il ne  
219 s'agissait pas seulement de bouger ou de danser, il fallait que ces mouvements prennent sens à  
220 la fois pour l'acteur et pour le spectateur, qu'ils aient un sens expressif. Par exemple, ces  
221 exercices se nommaient : " La création de la musique ", " Le mouvement impersonnel ", " Le  
222 roi des singes ". Ces propositions de travail se travaillaient sous un rythme très rapide, mais  
223 elles étaient peu progressives, peu évolutives pour un acteur ; soit l'acteur accédait  
224 directement à la vision d'Hottier, soit il 'ramait' pendant le mois que durait le stage ou, s'il  
225 faisait partie de sa compagnie, pendant plus longtemps encore. Hottier ne s'embarrassait pas  
226 de ce type de problème pédagogique, il ne se positionnait pas en tant qu'accompagnant.

227

---

<sup>34</sup> Augusto Boal (1931-2009), figure majeure du théâtre brésilien du XX<sup>e</sup> siècle. Fondateur du *Théâtre de l'Opprimé*. Cette forme théâtrale a deux principes fondamentaux : transformer le spectateur – être passif, réceptif, dépositaire – en protagoniste d'une action dramatique, en sujet créateur, en transformateur ; essayer de ne pas se contenter de réfléchir sur le passé, mais de préparer le futur.

<sup>35</sup> Philippe Hottier. Livret de projet pour « Ivanov ». p. 3

228           Après trois stages d'une durée d'un mois, Hottier m'a demandé de rentrer dans sa  
229 compagnie. Je trouvais mon compte dans toutes les propositions physiques, grâce à mon  
230 expérience et mes compétences acquises en Belgique, et ai même dirigé les échauffements  
231 physiques de la troupe, c'était ma première expérience de pédagogie. Par contre, pour l'abord  
232 du texte et du personnage, j'étais très loin d'un résultat probant. En effet, laisser mon corps  
233 s'exprimer, rencontrer des émotions et des états d'âmes et les partager sans parole  
234 fonctionnait facilement, mais ajuster ces sentiments avec une pensée et une parole d'un  
235 personnage était d'une complexité abyssale pour moi. Je veux dire que l'improvisation  
236 gestuelle m'offrait une liberté que je ne rencontrais pas dans l'approche du personnage, où il  
237 était impératif de respecter le texte et donc la cohérence gestuelle qui l'accompagne. Dans ce  
238 respect du texte, je n'apparaissais plus. En somme, il me manquait une résonance entre le  
239 texte et moi ; soit j'étais trop respectueux de l'écriture théâtrale, j'étais trop formel, soit j'étais  
240 dans mon intériorité, trop abstrait ou trop poétique dans ma gestuelle. Il était nécessaire  
241 d'aller vers le texte mais sans s'oublier. C'est en rencontrant cette difficulté que je  
242 commençais à comprendre que le personnage n'est pas quelqu'un d'étranger se trouvant dans  
243 un ailleurs improbable mais bien une dimension intérieure, personnelle, qui nécessitait d'être  
244 mise en lumière. Hottier travaillait de grands auteurs de textes théâtraux comme Shakespeare  
245 ou Tchekhov dans ses stages, mais également pour les créations de sa compagnie : « *Ivanov* »  
246 et « *Oncle Vanja* » de Tchekhov. Je restais terriblement caricatural dans mes interprétations,  
247 superficiel, je ne trouvais pas le pont entre pensée, sentiments et corporalité. La voie de  
248 passage fut trouvée grâce aux formes clownesques et celles masquées de la Commedia  
249 dell'Arte qui, en étant moins contraignantes qu'un texte d'un personnage (peut-être était-ce là  
250 une autre raison à ma difficulté), permettaient de rencontrer néanmoins des archétypes de  
251 comportement comme peuvent l'être Arlequin, Polichinelle, Pantalon, Matamore, Capitan,  
252 etc.

253

254           Certaines séances de travail ont été capitales pour ma compréhension de l'approche du  
255 jeu du personnage. J'en développerai quatre pour pouvoir ensuite les observer et discerner  
256 quels sont les " principes-qui-reviennent " comme dirait Barba, et développer les  
257 connaissances et compréhensions nouvelles qu'elles m'ont apporté et qui ont nourri mon  
258 questionnement.

259           La première est une improvisation clownesque qui fut réalisée dans le cadre d'un  
260 stage. Lors de ceux-ci, Hottier créait une telle ambiance d'urgence et de pression, que sur un  
261 mois de stage, il était rare de voir des improvisations qui fonctionnaient. Pour moi, après

262 plusieurs passages qui s'étaient mal déroulés, où je me faisais éjecter du plateau après  
263 quelques secondes d'improvisation sans autre explication que " Il n'y a pas d'état " ou " Il n'y  
264 a pas d'urgence " – allez comprendre ! – j'étais complètement déprimé et en eus assez de  
265 jouer. J'étais avec une autre actrice derrière le rideau de théâtre en train de me préparer à une  
266 ultime tentative, je ne pensais à rien et n'avais même pas d'idée de départ pour pouvoir  
267 épauler ma pauvre partenaire de jeu. Très courageux, je l'ai laissée rentrer la première sur le  
268 plateau et balbutier quelques mots, je suis rentré un peu après, sans me précipiter, sans  
269 gesticuler, en marchant côté cour. Je l'ai regardée, je n'ai plus de souvenir aujourd'hui de son  
270 visage mais elle devait être belle car je lui ai demandé, timidement et en bafouillant, si elle  
271 voulait bien que je lui fasse un enfant. Je ne sais pas ce qui m'a pris mais c'est la première  
272 chose qui m'est venue et je l'ai dite. J'ai eu de la chance car elle m'a dit oui et me rappelant  
273 qu'il y avait un matelas derrière le rideau, je suis allé le chercher pour que nous passions  
274 directement aux exercices pratiques. Nous sommes restés un moment pantois, chacun d'un  
275 côté du matelas en se demandant comment nous allions faire 'cela' sur un plateau de théâtre,  
276 devant tout le monde, qui par ailleurs était 'éclaté' de rire. Nous avons pris le temps, chose  
277 rare dans les improvisations de chez Hottier, et c'est en ressentant, dans mon corps et dans le  
278 sien, un balancement pareil à des vagues, que la transposition de l'acte de faire l'amour en un  
279 moment maritime de grande ampleur s'est faite tout naturellement. Nos vêtements étaient des  
280 voiles, nos corps le bateau, mon sexe le grand mat, l'écume nos jouissances et la montée de la  
281 tempête correspondait à la montée de nos passions. Nous avons fini, échoués sur une île,  
282 bercés par le ressac. Cette improvisation, je pourrais la refaire tant elle est gravée dans ma  
283 mémoire, une mémoire autant physique que cognitive. Je veux dire que, si je reste immobile,  
284 je me souviens des différents moments significatifs de cette improvisation mais je me  
285 souviens également des différentes postures et de la nature de nos déplacements. De plus, si je  
286 commence à me mettre en mouvement sur la base de ce souvenir, j'ai de nouvelles  
287 informations qui m'arrivent comme la durée d'un déplacement ou la précision de son  
288 orientation.

289 Hottier nous a arrêtés là, nous disant que l'on atteignait ce niveau d'improvisation une  
290 seule fois dans sa vie. J'ai été très déçu de cette dernière remarque. Je ne voyais pas pourquoi  
291 on ne pouvait pas retrouver cette qualité et ai commencé à me demander ce qui l'avait  
292 permise. C'était aussi ma première expérience positive dans un personnage, pas encore dans  
293 une interprétation d'un texte théâtral mais d'un personnage clownesque. Le personnage  
294 clownesque me demandait de respecter une forme mais offrait une liberté de composition  
295 grâce à l'improvisation.

296 La deuxième séance de travail s'est déroulée au moment où nous abordions le  
297 spectacle « *Ivanov* » de Tchekhov. Ce spectacle, joué une première fois à la Cité Universitaire  
298 à Paris, avait subi des changements dans l'équipe. En vue d'une reprise à Marseille, la  
299 distribution des rôles avait été renouvelée et je m'étais retrouvé avec la possibilité de pouvoir  
300 interpréter un rôle plus conséquent que celui que j'avais dans la première distribution.  
301 Lorsqu'il y a distribution, chez Hottier, plusieurs acteurs peuvent s'essayer à un rôle jusqu'à  
302 ce que le meilleur gagne, situation pour le moins stressante. Le personnage en question était  
303 « *Лвов* », un médecin s'occupant de la femme d'Ivanov, malade de pneumonie, pendant que  
304 celui-ci sortait avec la jeune Sacha. Il est la conscience culpabilisante d'Ivanov, il est juste et  
305 droit et ne comprend pas les marivaudages de celui-ci alors qu'Anna Petrovna, sa femme, est  
306 mourante. Après deux essais peu probants, c'est à la troisième tentative que la rencontre entre  
307 le personnage et moi se fit. J'étais à genoux, derrière l'acteur interprétant Ivanov, lui aussi au  
308 sol. J'en avais assez de dire mon texte sans arriver à rien de satisfaisant et je sentais que  
309 j'allais perdre le rôle. En effet, étant stressé par la situation d'audition, voulant réussir, j'étais  
310 en " sur jeu " ce qui signifie que l'on force l'expression et les émotions, rendant ainsi le jeu  
311 moins authentique. Pensant avoir déjà perdu, je me dis que j'allais juste lire le texte sans trop  
312 en faire. Je lus, plus calmement et plus lentement que d'habitude, et la musique des mots, les  
313 intonations et les silences, vinrent à moi. Je n'ai pas fait d'effort et doucement le personnage  
314 apparut. Je trouvai le ton pour dire à Ivanov comment il devait faire pour être présent à sa  
315 femme, le ton de quelqu'un qui veut bien faire et faire le bien, de quelqu'un qui malgré lui  
316 culpabilise l'autre à mort, de quelqu'un d'horrible pour un regard extérieur mais qui se vit  
317 comme un saint. A cet instant précis, je ne jugeais pas ce personnage, je ne le caricaturais pas,  
318 *j'en faisais l'expérience*. C'est-à-dire que j'étais le personnage, je parlais, je bougeais, je  
319 réagissais à mon partenaire sur le plateau et, de manière simultanée, je me voyais parler,  
320 bouger et réagir à Ivanov. Je me sentais être le personnage tout en restant moi-même. J'étais  
321 le cavalier et le cheval en même temps. Plusieurs fois, j'eus à réprimer un fou rire nerveux  
322 pendant ce moment de travail. Celui-ci n'était pas dû au stress, ni à la joie de sentir que je  
323 'tenais' le personnage, mais bien à la sensation, assez étrange, que je me voyais faire en même  
324 temps que je faisais.

325 Penser à ces deux moments de travail fait revenir deux autres expériences bien  
326 antérieures. Je jouais à Philadelphie (USA) avec le *Théâtre de Banlieue* lors du spectacle « *Le*  
327 *livre : le désert* » sur des textes d'Edmond Jabès. J'étais en avant scène, avec dans mes bras  
328 une poupée de chiffon qui s'appelait Yaël – un personnage apparaissant dans les textes de  
329 Jabès – et un sac de jute contenant un jeu de cube et formes diverses en bois. L'intention de

330 mise en scène était de jouer avec la poupée comme avec un enfant en lui montrant la  
331 construction d'une ville miniature qui, sur le sol, dessinait également une écriture. Je lui  
332 parlais en un langage imaginaire très musical. C'est dans cette séquence précise du spectacle  
333 que j'eus la sensation que le temps se suspendait ou plutôt " se dilatait " comme dirait Barba,  
334 la ville miniature en bois se construisit, je veux dire que je n'eus pas la sensation de la faire,  
335 mais que les cubes que je sortais de mon sac de jute se posaient et s'assemblaient en une  
336 construction magnifique, avec des édifices, des églises et d'autres bâtiments tous agencés de  
337 manière belle et originale. Le jeu avec ma poupée de chiffon offrait la sensation qu'elle était  
338 vivante et que l'on voyait un père avec son enfant ; c'est ce que m'ont partagé plusieurs  
339 spectateurs. Les autres acteurs m'ont témoigné qu'ils avaient du mal à attirer l'attention des  
340 spectateurs, qu'ils sentaient bien qu'il se passait quelque chose. Moi, je n'avais pas la  
341 préoccupation des spectateurs, j'étais à 200 % dans mon action et avais la sensation qu'elle  
342 durait une éternité, car tout simplement chaque geste, chaque regard, chaque intonation étaient  
343 vécus pleinement.

344 L'autre moment s'est déroulé à Bogota, toujours avec le *Théâtre de Banlieue*, lors  
345 d'une tournée de quatre mois en Amérique du Sud et Centrale. Nous jouions dans un  
346 amphithéâtre de l'université principale de Bogota devant un public de deux milles étudiants.  
347 La salle était bondée, la curiosité d'un théâtre contemporain européen avait fait son effet. Le  
348 spectacle, « *Eclaboussures* », était construit sur des textes de G. Bataille, son œuvre poétique  
349 et érotique. Au vu de la configuration de la salle et des moyens techniques, le metteur en  
350 scène décida qu'il fallait commencer le spectacle non pas sur le plateau mais dans la salle.  
351 Etant l'acteur qui initiait la représentation, j'allais dévaler en premier les marches d'escalier  
352 de l'amphithéâtre. Il y avait des gens partout sur les marches, le stress était conséquent car  
353 l'agitation de la salle était perceptible, les étudiants impatients commençaient à frapper des  
354 mains et des pieds pour que le spectacle commence. Je choisis de me lancer en poussant un  
355 grand cri et en dévalant la pente vers la scène, en sautant par-dessus les gens et en les  
356 bousculant. Cette première entrée avait juste calmé les vingt ou trente personnes autour de  
357 moi, sans plus. C'est alors que, sur mon chemin, se trouva un étudiant de taille imposante qui  
358 me barrait le passage : déboulant sur lui, je dus m'arrêter. Nous nous sommes regardés en  
359 silence, immobile, en chiens de faïence. J'observais dans ses yeux qu'il n'avait pas encore  
360 saisis que le spectacle avait commencé mais qu'il se rendait compte qu'il y avait quelque  
361 chose d'étrange car j'étais habillé d'un vieux pull brun usé et troué, d'un pantalon noir et nu-  
362 pieds. Je sentis à ce moment-là que crier ne servirait à rien, pas plus que le bousculer, et  
363 pourtant je devais arriver sur le plateau en contrebas. Je sentis en moi une détermination

364 puissante se matérialisant par un ancrage dans mes jambes, comme si un piston vers le bas  
365 m'enfonçait dans le sol de la salle. J'ai posé ma main sur son sternum et nous avons bougé  
366 lentement tous les deux, lui reculant pour me laisser le passage, moi m'engageant. Ce moment  
367 a été particulier, comme si notre rencontre était une goutte de silence tombant dans le  
368 brouhaha environnant, l'apaisement a progressé en cercle concentrique pour atteindre toute la  
369 salle. J'ai ensuite continué ma route jusqu'au plateau. Ces deux dernières expériences m'ont  
370 offert une nature de rapport au corps particulier – dilatation du temps, intensité de présence –  
371 qui m'a nourri dans mes processus de création de personnage.

372

373 Je peux constater, sur ces quatre expériences, des invariants. D'abord, sur les deux  
374 premières, un contexte similaire : j'étais à chaque fois désespéré, j'avais eu des remarques  
375 pour le moins désobligeantes de Philippe Hottier et pensais réellement que je n'y arriverais pas.  
376 Mais c'est moins l'état psychologique dans lequel j'étais qui est important, que les effets que  
377 celui-ci provoquait. Il m'avait mis dans une autre posture, un autre rapport à moi-même. En  
378 effet, j'arrêtais de vouloir faire, de vouloir montrer, de prouver quelque chose. Cela eut une  
379 conséquence physique importante : j'étais relâché, détendu, mes mouvements n'étaient pas  
380 exagérés ni forcés.

381 Un deuxième point commun, plus temporel ; je me suis laissé dire ce qui venait en moi  
382 (improvisation clownesque) ou je lus simplement ce qui était devant mes yeux en laissant  
383 l'effet de cette lecture se déployer en moi (Tchekhov). Je n'étais ni en retard, ni dans une  
384 précipitation, mais bien 'emboîté' dans mon action, au centre de mon action, effet fortement  
385 présent dans les deux expériences avec le *Théâtre de Banlieue*.

386 Le troisième point est en rapport avec la mémoire ; l'intensité de relation avec ces  
387 quatre expériences fait qu'encore aujourd'hui je peux pratiquement les refaire, il y a eu une  
388 mémorisation forte qui est autant physique que cognitive.

389 Ces quatre expériences, mais aussi l'observation de mes collègues de travail, m'ont  
390 questionné. Ainsi, j'ai pu observer qu'un acteur pouvait réaliser une improvisation géniale,  
391 avec une qualité de présence magnifique et, que la même personne, quelques heures ou un  
392 jour plus tard, était 'lamentable' sur le plateau. Qu'est-ce qui se passait, comment était-ce  
393 possible ? De plus, certains acteurs trouvaient le chemin d'une qualité de présence, mais  
394 d'autres restaient bloqués, ne sachant comment faire le lien entre leur intériorité et la forme à  
395 prendre. Y avait-il une voie particulière permettant ce lien entre un sentiment, un état d'âme et  
396 l'attitude physique que ceux-ci prenaient dans la construction du personnage ? La dimension



397 organique<sup>36</sup> seule n'était pas suffisante. Pourquoi ? Quels protocoles faciliteraient la  
398 réalisation de ce projet ? Il était clair pour moi que la notion de rapport de l'acteur, et donc de  
399 la personne, à son corps – plus qu'à son corps – à son être, me semblait indispensable. Ce  
400 rapport était-il attentionnel, intentionnel, étaient-ce des actes posés par l'acteur et dans quel  
401 ordre ?

402 Un autre élément me posait question : j'arrivais à une sorte de saturation du travail  
403 physique. Une pratique communément admise dans le monde théâtral est celle du second  
404 souffle ; celui-ci advient à un moment d'épuisement physique de l'acteur et provoque un  
405 lâcher-prise lui permettant d'accéder à une créativité plus grande. Mais pour moi, travaillant  
406 physiquement depuis longtemps, j'accédais à de l'endurance et le moment du second souffle  
407 s'éloignait de plus en plus. Mes muscles se durcissaient alors que les quatre moments de  
408 présence à moi cités plus haut l'ont été dans un relâchement et une simplicité, dans une  
409 douceur et une sensation d'évidence données par l'absence d'effort physique. Il y avait là un  
410 manque de cohérence qui m'a incité à chercher d'autres approches, d'autres manières de faire.

411

## 412 **5. Errance et quête**

413

414 Le *Théâtre du Phénix* de Philippe Hottier avait été invité à venir s'installer à  
415 Marseille. Comme ce projet était porté par l'attaché culturel de la ville, toute la compagnie –  
416 22 personnes – était persuadée qu'il allait devenir réalité. La politique en a décidé autrement  
417 et c'est dans une pagaille que la troupe s'est dispersée. Chacun ayant lâché son job d'appoint  
418 et ses contacts parisiens a cherché à les retrouver rapidement. Moi-même j'avais rendu ma  
419 chambre de bonne parisienne et ma petite maison bruxelloise et mis mes affaires dans un  
420 garde-meuble. Je me retrouvais face à la Méditerranée, au pied de la " Bonne Mère ", ne  
421 sachant plus à quels saints me vouer. Heureusement, les parents d'un des acteurs de la troupe  
422 habitaient Marseille et possédaient un 'cabanon', petite maison le long de la mer pouvant  
423 stocker les affaires de plage, où l'on pouvait préparer le pique-nique et faire la sieste... C'est  
424 ainsi que j'atterris dans la crique du petit Nice. Je n'avais plus de compagnie, plus de projets,  
425 plus de maison, plus d'amoureuse... bref, plus rien. Cette période était à la fois euphorique  
426 car c'était comme si tout était possible, j'y trouvais une liberté folle, sans limite, et également  
427 angoissante au possible, car qu'allais-je faire de ma vie ? Quel sens lui donner ?

---

<sup>36</sup> L'organicité est la source d'une expression naissant en amont de toute réflexivité ou conceptualisation.

428 Je savais deux choses : je ne remonterais pas à Bruxelles et je continuerais dans la voie  
429 théâtrale avec un axe de travail corporel prédominant... mais avec qui et comment ? Je  
430 continuais également à porter en moi les questions citées plus haut, à savoir le manque de  
431 cohérence entre un engagement physique volontaire et les sensations de lâcher-prise et de  
432 détente vécues lors des improvisations que j'ai décrites.

433 Seuls les poètes m'aidaient en ouvrant des possibles, leurs textes étaient comme des  
434 balises dans une mer noire. En parlant de l'Autre en soi, d'atteindre l'Innommable pour  
435 Beckett ou l'Indicible pour Du Bouchet, ils témoignaient qu'à l'intérieur de soi existe une  
436 autre dimension de soi-même. « Peut-être que mon corps s'ouvrira lui aussi et que dans la nuit  
437 on prononcera le nom de son invisible » (Giovannoni, 1985, p. 108) J'espérais que mon corps  
438 s'ouvre pour qu'il me dise ce dont il avait besoin, qu'il me montre le chemin de la qualité et  
439 de la douceur. J'avais beau écarquiller les yeux, rien n'apparaissait, mais je cherchais dans la  
440 lumière, sous le feu des projecteurs, dans le monde du théâtre, dans cette seule et unique  
441 direction. A force, mes yeux éblouis ne virent plus rien, la lumière du dehors mettait mon  
442 corps en contre-jour, l'obscurité déposait imperceptiblement son voile et m'éloignait d'une  
443 intensité que je cherchais désespérément sur la scène. J'étais comme ces marcheurs perdus  
444 dans le désert et que l'on retrouve la langue boursouflée, les yeux caves, le cœur et le corps  
445 asséchés de tant d'absence. La présence s'éloignant comme un mirage à chaque fois que je  
446 m'en rapprochais. Les mots de Raphaële Georges résonnaient en moi profondément : « J'ai  
447 soif d'un visiteur incandescent qui lèverait l'inertie qui nous guette terriblement. » (Georges,  
448 1986, p. 35) J'étais devant un cul de sac.

449

## 450 **6. La rencontre avec le Sensible**

451

452 Philippe Hottier fut invité à un congrès parisien ayant pour thème « *Le corps*  
453 *énergétique de l'homme* » pour présenter son travail sur le " mouvement impersonnel". Je  
454 rappelle (v. § 4) que c'était un mouvement rapide en musique proche de débridages  
455 rythmiques, un exercice mettant l'acteur dans une obligation de lâcher-prise à la fois physique  
456 et mental. Dans ce colloque, il y avait des conférences plénières mais également toute une  
457 série d'ateliers permettant de rencontrer, de manière expérientielle, différentes approches du  
458 corps (yoga, reïki, méditation, etc.). Dans ce foisonnement de propositions, j'en choisais une,  
459 s'intitulant " chants harmoniques " qui me semblait être la plus proche de mon métier. En

460 effet, Gaël Andrews, qui animait cet atelier, était cofondateur du *Roy Art Théâtre*, compagnie  
461 anglaise installée en France et réputée pour son travail de recherche au niveau vocal.

462 Ma première rencontre avec cet homme au regard malicieux et à l'accent anglais qui  
463 faisait chanter la langue française, fût marquée par la douceur avec laquelle il accompagnait  
464 les personnes de son atelier et par sa philosophie du travail de la voix, plus basée sur une  
465 écoute que sur de la production sonore à tout prix, à n'importe quel prix. Ici, il y avait de la  
466 progressivité, de la pédagogie et des personnes à la voix cassée arrivaient à chanter assez  
467 rapidement avec une voix de soprano. En plus de travailler la voix, il prenait soin des  
468 personnes présentes, il les soignait en leur permettant de retrouver une voix perdue ou abîmée  
469 par la vie. J'eus envie d'en savoir plus et lui demandas s'il donnait des stages ou des  
470 formations en France.

471 Il animait un stage quelque mois après ce colloque dans le sud de la France avec une  
472 autre personne qui travaillait le mouvement. Mouvement et voix, voilà une association qui me  
473 rendait impatient et curieux, avide de découvrir la nature du lien corps et voix et quels étaient  
474 les exercices facilitant cette association. L'autre personne, avec qui Gaël Andrews partageait  
475 l'animation, n'était pas un homme de théâtre mais, m'avait-il certifié, un spécialiste du  
476 mouvement.

477 Ainsi, c'est en avril 1990 que je fis mon premier stage avec Gaël Andrews et Danis  
478 Bois<sup>37</sup>. Le public était formé essentiellement de thérapeutes et plus particulièrement de  
479 kinésithérapeutes. Néanmoins, ce n'était pas un stage de formation professionnelle car il était  
480 ouvert à tout public, c'était en quelques sortes du " travail sur soi " pour les fasciathérapeutes.  
481 Cette formation avait pour thématique les " a-minimas ". Ce sont des petits rythmes, naissant  
482 dans la colonne vertébrale principalement, que l'on apprend à écouter puis à laisser diffuser  
483 dans l'ensemble de son corps. Les objectifs étaient de travailler la souplesse et l'adaptation du  
484 corps du thérapeute ainsi que son attention aux manifestations internes corporelles.

485 Je me souviens que, le premier matin du stage, étant arrivé bien à l'heure, je vis Bois  
486 arriver à la salle et eus des doutes sur ses capacités à travailler le mouvement. Il était plutôt  
487 voûté et marchait de manière monolithique. J'avais l'habitude de travailler avec des acteurs  
488 ou des metteurs en scène qui intégraient le corps dans leurs approches et qui étaient souples et  
489 agiles ; la différence était flagrante. Le public de ce stage était particulier également : des

---

<sup>37</sup> Danis Bois est le fondateur de la fasciathérapie, méthode de thérapie manuelle créée dans les années 80 et de la somato-psychopédagogie, docteur en sciences de l'éducation, professeur cathédrique de la chaire de psychopédagogie perceptive à l'université Fernando Pessoa de Porto et directeur du Centre d'Etude et de Recherche Appliquée en Psychopédagogie Perceptive (CERAP).

490 kinésithérapeutes pour la plupart, donnant l'impression de se connaître tous et se touchant  
491 presque tout le temps en fermant les yeux. J'eus la sensation d'être bien accueilli et le stage  
492 commença. Je m'étais mis dans la posture suivante : " Je fais toute les expériences qui me sont  
493 proposées et je ferai le bilan après coup ". Le contexte était, en effet, tellement différent d'un  
494 stage de théâtre que me mettre en opposition ou en critique n'aurait servi à rien.

495 Ce stage était animé principalement par Bois. Le stage alternait entre des pratiques de  
496 relation d'aide manuelle<sup>38</sup>, de guidage en mouvement assis<sup>39</sup> (ces deux approches se  
497 pratiquant deux par deux, un patient et un thérapeute), et des moments d'échange entre Bois,  
498 Andrews et leurs élèves. Il y eut seulement deux moments de travail de la voix.

499 Les pratiques assises se limitaient à rester des heures, en tout cas cela me paraissait  
500 interminable, à écouter ces petits mouvements les yeux fermés, dans le silence. Je ne sentais  
501 pas grand chose ou plutôt je sentais mon énervement monter, car j'attendais avec impatience  
502 les moments de mouvement. Il faut dire que, pour moi, mouvement signifiait courir, sauter,  
503 gesticuler dans l'espace et il y en avait, de l'espace, dans cette salle de stage ! Quel gâchis que  
504 tout ce lieu non utilisé !

505 Les moments de relation d'aide manuelle furent particuliers pour moi car j'étais  
506 complètement novice en la matière, je n'avais jamais massé ou alors cela avait été tellement  
507 rare que je ne m'en souvenais plus. Il fallait poser les mains et écouter un mouvement qui  
508 animait les tissus du corps et suivre ce mouvement dans ses orientations et amplitudes. Là  
509 aussi je ne sentais pas grand chose, ma stratégie était de faire confiance, lorsque j'avais les  
510 yeux fermés, aux mots qui me venaient et qui m'indiquaient des zones du corps où je devais  
511 aller pour 'traiter'. 'Traiter' et 'traitement' étaient les mots utilisés pour ce genre de massage.  
512 Suite à un traitement, une personne m'a prise dans ses bras en me disant qu'elle s'était sentie  
513 entourée, qu'elle avait ressenti tellement d'amour dans mes mains que cela l'avait soignée. Je  
514 me rappelle avoir regardé mes mains en me demandant si cette personne délirait ou si c'était  
515 moi qui n'avais pas accès à ce que je déclenchais.

516 Lorsque j'étais 'patient', plusieurs thérapeutes ainsi que des assistants venant les aider  
517 me signalèrent un problème dans mes jambes, qu'elles étaient absentes, dures, pas en  
518 mouvement. Je les laissais dire, car je savais très bien que mes jambes n'avaient aucun  
519 problème ; je sautais comme je voulais, je pouvais faire un saut périlleux, être assis jambes

---

<sup>38</sup> La relation d'aide manuelle est un moment où la personne est allongée et où le thérapeute accompagne, par un toucher manuel dynamique (pression, étirements, rythmes, etc.), le mouvement qui anime la matière du corps de la personne. Il ne s'agit pas d'un massage, ni d'une imposition des mains.

<sup>39</sup> Le guidage assis est utilisé dans l'approche de la gymnastique sensorielle. Il vise à mobiliser progressivement la personne dans l'action sans qu'elle perde l'écoute de son intériorité éveillée par le travail manuel.

520 pliées, les fesses sur les mollets et me mettre debout d'un coup, bref, je faisais ce que je  
521 voulais avec mes jambes, elles m'obéissaient au doigt et à l'œil.

522 Les troisièmes temps de travail étaient plutôt des rencontres entre les praticiens et les  
523 animateurs du stage. Bois parlait beaucoup du mouvement que l'on pouvait ressentir dans le  
524 corps comme d'une manifestation de la vie, allant jusqu'à dire que c'était la vie même.  
525 Quelquefois les discussions prenaient une tournure très spirituelle, où Bois évoquait ses  
526 voyages en Inde et ses rencontres avec différents maîtres. Je dois dire que j'étais très loin de  
527 tout cela, j'écoutais tout ce qui se disait un peu comme un anthropologue qui découvre une  
528 vie nouvelle, des fonctionnements nouveaux, des rapports humains inconnus. J'étais sans  
529 jugement et essayais de faire des liens avec ce que je connaissais. Les seules résonances que  
530 je pouvais avoir avec les discours tenus étaient la poésie. En effet, la notion d'un « Autre en  
531 soi » s'exprimant, nous révélant à nous-même, d'une voix intérieure comme dans les textes  
532 d'Antonio Porchia ou de Juarez, m'était familière ; je pouvais voir le mouvement, de la façon  
533 dont en parlait Bois, comme identique à ces notions poétiques.

534 Entre ces trois types d'animation (travail assis, relation d'aide manuelle et échange  
535 verbal), j'attendais impatiemment les pratiques avec Andrews. Comme je l'ai signalé plus  
536 haut, il n'y en eut que deux. Andrews travaillait le chant harmonique et l'écoute de ce qu'il  
537 appelait « l'oreille musicale interne ». Je suivis ces deux moments de pratique avec assiduité  
538 et concentration car comme c'était un homme de théâtre, cela allait me servir plus tard pour  
539 mon métier, tandis que tous ces exercices de mouvement étaient bons pour des thérapeutes.  
540 J'en ris aujourd'hui car c'est tout le contraire qui s'est passé. Je n'utilise pas le chant  
541 harmonique dans mes préparations de spectacles ou de formations mais bien toute l'approche  
542 du professeur Bois. Que s'est-il passé pour qu'un changement aussi radical intervienne ?

543  
544 Un soir, trois jours après le début du stage, une des assistantes de Bois a proposé de  
545 " faire du mouvement ". Tout heureux d'enfin bouger, je me suis joint aux autres stagiaires  
546 qui commençaient à exécuter une gestuelle lente les yeux fermés. Celle-ci, appelée à l'époque  
547 « mouvement fondamental » (Berger & Bois, 1995 et Noël, 2001) était libre, c'est-à-dire non  
548 organisée, non chorégraphiée. Plus exactement, il s'agissait de suivre dans le mouvement  
549 gestuel, le mouvement interne décrit par Bois. C'est ce mouvement qui organisait la  
550 chorégraphie de 'l'intérieur'. J'ai commencé à faire comme tout le monde et après cinq  
551 minutes une petite femme déterminée<sup>40</sup> m'a signalé que mon problème dans le suivi de ce

---

<sup>40</sup> Nadine Quéré est fasciathérapeute et somato-psychopédagogue, assistante invitée à l'UFP, formatrice au sein de point d'Appui-IAA/UFP, chercheuse au sein du CERAP.

552 mouvement était mes jambes. Encore une qui ne me connaissait pas, me dis-je... Elle se plaça  
553 derrière moi et posa ses mains sur mes hanches en leurs imprimant un petit mouvement  
554 latéral ; celui-ci, léger et fluide, me donnait la sensation de glisser sans rien faire, je veux  
555 dire : sans rien décider. Ensuite, elle posa sa main sur ma jambe gauche, un peu au-dessus du  
556 genou et me fit faire un pas en avant. Et là... *J'eus la sensation de faire mes premiers pas, oui,*  
557 *mes premiers pas... à vingt sept ans, mes premiers pas. J'avançais seul... mes premiers pas*  
558 *vers l'intérieur de moi.*

559 Ces pas, je les ai réalisés dans un état second, la manière de marcher était si différente  
560 de la mienne, non pas dans la forme mais dans le rapport à ma marche. D'habitude mes  
561 jambes suivaient la direction que je leur donnais ; ici, ce sont elles qui m'emmenaient sur un  
562 chemin que je découvrais au fur et à mesure que j'avançais. Soudain, après quelques pas, moi  
563 qui avais soif, le corps asséché de trop d'entraînements à l'endurance, c'est une vague, une  
564 déferlante qui est venue et m'a emporté. Cette vague, de mes yeux grands ouverts, je l'ai vue  
565 un instant, externe et arrivant, l'instant d'après, en moi. J'ai vacillé. Je suis tombé. Karcher  
566 intérieur.

567 Quand je parle de vague, c'est une sensation de mouvement, comme si l'air devant  
568 moi, lorsque je marchais, avait pris de la consistance, de l'épaisseur, à un point tel que j'eus la  
569 sensation de la voir arriver en moi les yeux ouverts. Lorsque je parle de déferlante, c'est pour  
570 donner une idée de la puissance de ce mouvement, car au moment où j'eus la sensation que  
571 celui-ci me rentrait dans le corps, cela me fit tanguer au point d'en perdre l'équilibre et de  
572 m'affaïsser. Les participants autour de moi avaient les yeux fermés et ne se sont rendu compte  
573 de rien. Je suis resté sur le sol un moment, ne comprenant absolument pas ce qui m'arrivait,  
574 puis j'ai senti une agitation et un gargouillement impressionnant me prenant tout le ventre. Je  
575 me suis précipité aux toilettes et a commencé un nettoyage que je ne décrirai pas ici. Le soir,  
576 en état de choc, je suis rentré me coucher sans arriver à penser et sans comprendre ce qui  
577 s'était passé. Le lendemain, c'est toujours dans un état second que j'entendis Sylvie Bitterlin,  
578 ma partenaire de travail, dire que l'on ne ferait plus jamais du théâtre comme avant, que notre  
579 rapport à l'expression serait changé par cette rencontre. J'acquiesçai mais sans comprendre  
580 pourquoi elle disait cela, j'avais l'impression d'avoir perdu tous mes neurones dans  
581 l'expérience de la veille.

582 Aujourd'hui, je peux voir « cette présence en moi, qui me fait voir mon éveil comme  
583 un bien précieux à ma vie » (Georges, 1985, p. 13), cette attention aimante, accompagnante,  
584 amoureuse, mais qui aimante aussi mon attention, ce mouvement qui fait que l'immobile est  
585 un geste, cette divine sensation d'exister en son sein, je peux la voir, dis-je, sans

586 incompréhension, sans crainte, sans vouloir. Je témoigne de cela car ce n'était pas du tout le  
587 cas lors de cette première rencontre en avril 90, lors de ce stage découverte avec Bois. En  
588 effet, cette expérience première du mouvement interne et donc du Sensible<sup>41</sup>, était trop  
589 grande, trop intense, trop différente, étrangère même, pour ne pas dire étrange. A cette époque  
590 il n'y avait pas de technique d'entretien verbal particulier<sup>42</sup> après une telle expérience  
591 qualifiée d'« extra quotidienne » (Bois, 2007). Personnellement, j'ai enfoui cette expérience  
592 en moi, je ne l'ai plus questionnée, ne sachant d'ailleurs comment le faire. Je crois que  
593 j'aurais eu besoin d'aide à ce moment-là. Cet événement venait bouleverser ma chair mais pas  
594 seulement ; ce " visiteur incandescent " qu'était le mouvement interne brûlait les paravents de  
595 mes représentations, réduisait en cendre les béquilles de mes certitudes et cela en quelques  
596 secondes. J'étais nu et pas prêt du tout au naturisme.

597 Il n'empêche que cette expérience, que je qualifierais de fondatrice dans mon  
598 approche du Sensible, a créé une brèche dans mon mode de fonctionnement et dans ma  
599 pensée. A partir de ce jour, je me suis juste dit qu'il y avait autre chose, qu'il existait une  
600 autre réalité derrière ce que je pensais et voyais de la vie, que cette pensée n'était pas une idée  
601 ni un concept car je l'avais vécue. Cela a suffi pour me mettre en chemin vers l'intérieur de  
602 moi.

603  
604 Avant cette expérience, j'étais très méfiant, quand on abordait la notion de  
605 mouvement, face à ce qui pouvait être de nature 'énergétique' c'est-à-dire provenant d'une  
606 source autre que ma propre volonté de bouger. Quand je bougeais, c'était *mon* mouvement,  
607 j'avais décidé de le faire et je mobilisais l'énergie nécessaire pour qu'il se réalise. Ici, je  
608 rencontrais un mouvement qui se manifestait " sans moi " ; la seule chose qui m'appartenait  
609 était de construire les conditions d'attention nécessaires à l'émergence de ce dernier. C'était  
610 un changement radical dans ma manière de me percevoir mais également dans la manière de  
611 percevoir mon processus professionnel. En effet, dans le jeu théâtral, ce mouvement interne  
612 est devenu progressivement un partenaire, un référent qui venait nourrir mon mouvement

---

<sup>41</sup>« Le Sensible désigne la qualité des contenus de vécus offerts par la relation au mouvement interne, et la qualité de réceptivité de ces contenus par le sujet lui-même. Le mouvement interne étant l'ancrage premier d'une subjectivité incorporisée. Sous ce rapport, le sujet découvre un autre rapport à lui-même, à son corps, à sa vie, il se découvre *sensible*, il découvre la relation à son *Sensible* ». (Bois & Austry, 2007, p. 7)

<sup>42</sup> Il existe actuellement plusieurs degrés d'approche de l'entretien verbal permettant de déployer les connaissances se donnant dans l'expérience du Sensible. Ces degrés sont un temps d'entretien préalable permettant un recueil d'information sur l'état initial du patient, un temps de guidage verbal pendant la pratique permettant d'orienter l'attention du patient vers le monde de ses phénomènes internes et des pensées qui émergent, un temps d'entretien post-immédiateté dédié à décrire le contenu de vécu du Sensible et à apprendre à en tirer du sens et enfin, un temps d'entretien en différé servant à la fois de rappel du vécu de la séance précédente et de vérification de la non déperdition de ce vécu. (Rosenberg, 2007 p. 348)

613 majeur c'est-à-dire visible. Ainsi, dans les moments de création ou d'improvisation, lorsque  
614 j'étais en relation avec ce mouvement interne, je retrouvais les conditions de jeu particulières  
615 que j'ai décrites dans ma rencontre avec Hottier et le *Théâtre de Banlieue*, c'est-à-dire le  
616 relâchement, une disponibilité intérieure à mon propre vécu, un accès à des pensées  
617 émergentes, la sensation d'avoir le temps.

618 C'est deux ans après cette rencontre, que Sylvie Bitterlin et moi-même avons fondé *La*  
619 *Compagnie du Passeur* qui, dans ses statuts, a pour objectif de déployer l'enseignement et la  
620 création d'œuvres théâtrales à partir de l'approche du Sensible. La Compagnie a toujours  
621 associé pédagogie et spectacle, il était important pour nous de transmettre. Cela nous obligeait  
622 à formaliser, à devenir plus conscient des processus de création pour pouvoir les " passer " à  
623 nos élèves. C'est de cette interaction entre pédagogie et processus de création autour du  
624 paradigme du Sensible qu'est née progressivement la notion d'« Expressivité du Sensible».  
625 Celle-ci naît du rapport qualitatif que la personne entretient avec son expression mais aussi de  
626 l'expression spécifique naissant de ce rapport singulier au Sensible. L'apport du Sensible dans  
627 le champ du théâtre et de l'expression s'est construit progressivement, à la fois par notre  
628 propre recherche dans la Compagnie du Passeur et par l'évolution des recherches du  
629 professeur Bois et de son équipe. C'est cette interaction, cette complémentarité que je vais  
630 prendre le temps de décrire.

631

## 632 **7. L'expressivité du Sensible : sa genèse**

633

### 634 7.1. Une nouvelle posture : être pédagogue

635

636 À partir de cette rencontre entre Bois, le Sensible et l'expression théâtrale, rencontre  
637 qui s'avéra être fondamentale pour moi, ma posture professionnelle s'est enrichie. J'ai fait le  
638 choix d'être étudiant de Bois, de me former à son approche du corps et j'ai commencé à  
639 développer de manière simultanée mes compétences pédagogiques dans mes propres stages  
640 mais aussi comme intervenant dans les formations de somato-psychopédagogie, au sein de  
641 Point d'Appui, organisme de formation professionnelle fondé par Bois. En effet, trouvant  
642 notre travail pertinent pour ses élèves, il introduisit l'expression dans ses programmes.

643

644 Je tiens à rappeler qu'à cette époque (1990), l'approche du Sensible n'était pas  
645 structurée et développée comme aujourd'hui. Il n'y avait pas d'enseignement universitaire, le



646 CERAP (Centre d'Etude et de Recherche Appliquée en Psychopédagogie perceptive)  
647 n'existait pas encore, bref, la méthode était très jeune...et nous aussi. La relation d'aide  
648 manuelle était l'outil le plus utilisé ; la fasciathérapie existait depuis dix ans, la gymnastique  
649 sensorielle était tout juste émergente.

650 Nous sommes arrivés dans les formations de Bois, Sylvie Bitterlin et moi-même, au  
651 moment où il introduisait dans ses stages de formation à la fasciathérapie, une dimension  
652 gestuelle dont l'objectif était, à l'origine, d'entraîner les thérapeutes à mobiliser leur corps.  
653 Ces derniers, pour la plupart des kinésithérapeutes, commençaient à quitter le toucher du  
654 corps pour rentrer dans un suivi dynamique du mouvement interne en une gestuelle libre  
655 spatialisée. Ce passage de leur spécificité à un mouvement 'improvisé' était pour beaucoup  
656 d'entre eux, délicat. Il y avait une perte de repère évidente et une sensation d'incompétence  
657 pour le moins désagréable qui les habitaient. Ces deux éléments les mettaient dans une peur  
658 de bouger, leurs mouvements semblaient raides avec peu de délié, de rondeur. Pour Bois, la  
659 rencontre avec notre travail a été l'opportunité d'offrir aux stagiaires des moments de  
660 débridages rythmiques et expressifs. En effet, de par notre parcours, nous avons toute une  
661 série d'outils théâtraux pouvant aider une personne à oser se percevoir de façon différente, à  
662 oser se montrer dans des gestuelles, des postures qui ne lui sont pas familières, à oser enfin  
663 exprimer et rendre visible des états intérieurs trop souvent silencieux.

664

665 En revanche, dans notre travail spécifique d'expression théâtrale, le chemin était à  
666 l'inverse. Plutôt que de trouver la profondeur par un lâcher-prise dans une vitesse de  
667 mouvement par exemple, nous trouvions le moyen de mettre directement les stagiaires en lien  
668 avec leur profondeur, avec le mouvement interne comme vecteur de créativité. Mais il fallait  
669 ensuite que cette intériorité se déploie dans une forme et prenne sens pour le stagiaire et pour  
670 le spectateur. Nous nous sommes rendu compte à ce moment-là que nous étions perclus  
671 d'habitudes dans notre manière de diriger les improvisations sur le plateau de théâtre. J'en  
672 donne deux exemples. Le premier est que souvent, lorsqu'une improvisation perdait en  
673 intensité, nous donnions aux stagiaires l'information que ce moment manquait 'd'urgence'.  
674 Que voulions-nous dire par ce terme ? Que véhiculait-il et surtout quel effet avait-il sur les  
675 stagiaires ? Généralement, lorsque ce terme était utilisé, les stagiaires se mettaient à accélérer  
676 ou à devenir presque hystériques ; effet négatif pour le jeu qui perdait en profondeur et en  
677 authenticité. Le deuxième exemple est aussi dans notre manière de diriger les improvisations ;  
678 lorsqu'un stagiaire entrait sur le plateau sans intention ou sans une émotion claire, nous lui  
679 disions qu'il n'avait pas 'd'état'. Cette information provoquait chez le stagiaire une

680 accentuation de ses émotions, elles devenaient comme forcées et installaient une dureté du  
681 geste avec comme conséquence un éloignement de la personne avec elle-même.

682 Nous avons dans en premier temps introduit l'approche du Sensible uniquement dans  
683 notre préparation de nos stagiaires. C'était comme si le stage était coupé en deux, le matin  
684 préparation sensible et l'après-midi travail théâtral sur le plateau avec nos outils habituels.  
685 Comme préparation sensible nous utilisons des exercices d'introspection<sup>43</sup>, de relation d'aide  
686 manuelle à deux assis et debout<sup>44</sup> et de mouvement libre<sup>45</sup> et lent dans l'espace, tandis que  
687 l'après-midi nous faisons des improvisations en utilisant les formes clownesques, masquées,  
688 en travaillant les émotions avec des dynamiques physiques plus rapides. Cette séparation du  
689 stage l'était au niveau des outils utilisés mais, en revanche, nous observions que le travail du  
690 matin 'imbibait' les stagiaires et avait un effet sur notre travail de l'après-midi. Cet effet était  
691 le suivant : une plus grande écoute d'eux-mêmes et de disponibilité à leur intériorité et par  
692 conséquent une attention plus développée au partenaire sur le plateau ; il y avait un gain  
693 qualitatif évident pour nous. Il restait à le maintenir et l'incarner sur scène, c'est-à-dire trouver  
694 les moyens d'accompagner ce qui se développait le matin jusque dans un geste théâtral.

695

696

## 697 7.2. Les outils de base de l'expressivité du Sensible.

698

699 Un moment important dans la construction de cette progressivité de la pédagogie  
700 expressive a été l'apport des mouvements de base (1995) et le développement du *mouvement*  
701 *corporel éducatif*, première étape dans la construction de la Gymnastique Sensorielle,  
702 discipline enseignée actuellement. Ces mouvements de base sont des mouvements linéaires  
703 entraînant toutes les parties du corps dans une même orientation, à la même vitesse et à la  
704 même amplitude (Bourhis, 2005) Ils sont nés de l'observation du mouvement interne comme  
705 vecteur de la vitalité de la personne venant s'organiser dans un corps relâché en mouvement.  
706 Ces mouvements de base font partie de l'organisation physiologique du geste.

707 Une des grandes différences que j'ai rencontrées dans l'approche de Bois est le fait  
708 qu'il regarde le corps en mouvement non pas depuis l'extérieur, comme le font la plupart des  
709 chercheurs de théâtre, mais depuis son organisation interne. Le stagiaire doit alors entraîner  
710 son attention perceptive pour saisir ces informations internes. Ce travail d'attention perceptive

---

<sup>43</sup> L'introspection sensorielle est un outil permettant l'observation fine du mouvement interne.

<sup>44</sup> La relation d'aide manuelle, décrite en note 9, peut se faire en mobilisant la personne que l'on accompagne de manière plus dynamique, en position assise ou debout.

<sup>45</sup> Le mouvement libre est une improvisation gestuelle se faisant sur la base du mouvement interne

711 provoque et oblige le stagiaire à être plus présent à lui-même, effet que j'avais expérimenté  
712 pour moi-même. Cette attention est développée en ralentissant le rythme du mouvement pour  
713 aller dans une lenteur où la perception peut saisir ce qui se déroule au moment où cela se  
714 déroule.

715 Ces mouvements de base nous ont permis, à Sylvie Bitterlin et moi-même, de mieux  
716 organiser le travail de préparation. En effet, les mouvements de base, au nombre de six  
717 (avant-arrière, haut-bas, gauche-droite) permettaient de mieux cerner les orientations  
718 imperçues des stagiaires et, combinés aux circularités, construisaient des schèmes de  
719 mouvement venant leur offrir une cohérence et une globalité dans leur jeu.

720 L'autre élément qui a permis d'enrichir l'approche gestuelle est la notion d'« angle  
721 mort » (Berger, 2004), c'est-à-dire l'ensemble des zones absentes à la conscience de la  
722 personne lors de la réalisation d'un mouvement. Bois a recensé douze angles morts du  
723 mouvement qui recouvrent toutes les caractéristiques physiques, mais aussi qualitatives, de la  
724 gestuelle. Les mouvements de base en font partie ainsi que, par exemple, les richesses  
725 d'orientations et d'amplitude, la lenteur du mouvement, l'évolutivité d'un mouvement ou sa  
726 résonance. Ce regard particulier de Bois sur le mouvement nous a permis, dans  
727 l'accompagnement des stagiaires, de sortir d'une direction basée sur des informations  
728 émotionnelles ou sur des directions de jeu théâtral pour orienter leur attention vers leur corps.  
729 Enrichir leur gestuelle d'une attention portée aux angles morts a permis de rendre leurs gestes  
730 de plus en plus vivants, présents. L'autre effet, plus surprenant pour moi, a été d'observer  
731 qu'en orientant leur attention sur le corps et non sur un état ou une expression, cela leur  
732 permettait plus de liberté et de créativité. Leur attention, posée dans le corps, les accaparait,  
733 laissant leur créativité se faire, se donner.

734 L'autre outil important apporté par Bois dans les années 90 a été le mouvement  
735 codifié. Celui-ci est un enchaînement chorégraphié né de la rencontre avec le mouvement  
736 interne, presque dessiné par lui. Cette structure chorégraphiée avait pour objectif de permettre  
737 aux stagiaires, outre un travail régulier, de rencontrer tous les angles morts de leur  
738 mouvement. La création de ce codifié a permis que se structure le travail personnel des  
739 stagiaires. En effet, en ne réalisant que du mouvement " libre " c'est-à-dire sans aucune  
740 contrainte de forme, leur mouvement s'était organisé autour de zones d'imperception.  
741 Finalement, ils bougeaient dans ce qu'ils savaient faire et n'allaient pas découvrir des  
742 orientations, des amplitudes, des rythmes, des équilibres ou déséquilibres enrichissant leur  
743 gestuelle. Le codifié proposait des combinaisons de mouvement inédites, de tempo offrant  
744 une cohérence nouvelle, des accordages articulaires permettant une globalité de tout le corps.

745 Pour moi, l'apport du codifié a été important à deux niveaux. Le premier est  
746 personnel : l'effet de la rencontre avec cette chorégraphie gestuelle a été rassurant. Dans ce  
747 monde de la sensation, invisible car intériorisé, se laisser exprimer dans un geste sans  
748 contrainte de forme ou attentionnelle ne m'aidait pas à construire une expression, le risque  
749 était que le mouvement parte 'dans tous les sens'. J'avais besoin d'être contenu, comme si ma  
750 créativité n'était pas organisée, était délirante, j'avais trop d'idées. Souvent, dans mon travail  
751 théâtral, c'est le metteur en scène qui organisait ma créativité, je proposais et lui orientait,  
752 supprimait, invitait à approfondir certaines scènes. Mon catalyseur était extérieur tandis  
753 qu'ici, c'est par mon intériorité représentée par le mouvement interne, que j'organisais mon  
754 rapport à moi-même, à ma perception.

755 A la différence du codifié de Barba qui a été pour moi également rassurant, celui-ci  
756 offrait une saturation de l'attention de par son exigence perceptive ; il s'inscrivait  
757 véritablement dans une éducation perceptive et non dans une volonté expressive. Pourtant, de  
758 par le détournement attentionnel que provoquait l'effort de vigilance que je mobilisais vers  
759 mon corps, une expression se donnait. Mon expression passait d'un statut volontaire à un  
760 statut de " se laisser apparaître ".

761 Le deuxième apport est pédagogique. Dans nos stages de la *Compagnie du Passeur*,  
762 l'ensemble de la gymnastique sensorielle, dont le mouvement codifié fait partie, a permis de  
763 mieux organiser les échauffements mais également de créer des improvisations à partir de ce  
764 codifié gestuel. Je m'explique : le codifié étant composé de séquences et sous-séquences,  
765 nous pouvions choisir laquelle d'entre elle était la plus pertinente dans l'accompagnement  
766 d'un groupe ou même d'un individu car chaque séquence vient travailler, soit une zone du  
767 corps, soit un enchaînement articulaire, soit encore des orientations ou des tempos, tous  
768 imperçus par la personne ou par le groupe. Pour les improvisations, nous pouvions donc partir  
769 d'une séquence existante du mouvement codifié travaillant un imperçu et, progressivement,  
770 permettre aux stagiaires de rentrer dans un mouvement libre expressif en intégrant les  
771 informations perceptives nouvelles qu'ils avaient rencontrées. Cela permettait de ne pas  
772 donner de thématique de jeu pour les improvisations mais de partir d'une " thématique  
773 gestuelle " offrant une plus grande liberté à la créativité des stagiaires car leur attention était  
774 tournée vers leur corps, en lien immédiat avec ce qu'ils percevaient, et non projetée dans ce  
775 qu'ils pourraient interpréter.

776

777 7.3. La naissance de la somato-psychopédagogie

778

779 Une dernière étape est la naissance de la somato-psychopédagogie<sup>46</sup>, celle-ci allant de  
780 pair avec le développement de l'approche de Bois au niveau universitaire. La somato-  
781 psychopédagogie est née en 2000 et le déploiement universitaire un an plus tard. L'origine de  
782 cette avancée a été le questionnement de la notion de " rapport " de la personne à son corps et  
783 au Sensible. Bois se rendait compte, dans l'observation de ses étudiants, qu'« au moment où  
784 l'immobilité se remettait en mouvement, où l'insensibilité redevenait sensible, la personne  
785 traversait parfois un moment d'instabilité transitionnelle qui méritait d'être accompagné »  
786 (Bois, 2009a, p.56). C'était comme si les stagiaires faisaient l'expérience d'une certaine  
787 qualité d'eux-mêmes dans des conditions extra-quotidiennes et qu'ils remettaient des habits  
788 anciens, souvent trop étroits une fois revenus dans le quotidien. Il me semblait que leur  
789 personnalité ou leur comportement était trop imperméable à la nouveauté rencontrée dans  
790 l'expérience du Sensible, qu'ils rencontraient une résistance à questionner leur propre point  
791 de vue. L'expérience du corps ne suffisait pas toujours pour qu'un processus de  
792 transformation s'amorce ou se passe sans difficultés majeures. Il était nécessaire d'éduquer  
793 une réflexion ancrée dans un vécu corporéisé. Pour ma part, je pouvais observer que des  
794 personnes, suivant l'enseignement de la pratique du Sensible depuis une quinzaine d'années,  
795 rencontraient des difficultés lors de l'intégration de ce vécu dans leur vie quotidienne. Il était  
796 indéniable que, comme l'observait Bois : « Cette relation au corps agissait sur l'identité de la  
797 personne. » (Bois, 2009a, p.56)

798 J'ai obtenu un DESS en somato-psychopédagogie et art performatif en 2005. Cette  
799 validation de mon parcours auprès de Bois m'a permis de me positionner en tant  
800 qu'accompagnant d'un public autre que celui intéressé par l'expression. En tant que somato-  
801 psychopédagogue, il était nécessaire que j'adopte des stratégies adéquates en fonction de la  
802 personne que j'avais en face de moi. Quand nous accueillons une personne dans ce cadre de la  
803 somato-psychopédagogie, elle est parfois porteuse d'une pathologie mais elle est surtout  
804 toujours porteuse de traits de caractère qui demandent à être pris en considération afin  
805 d'adopter des stratégies pédagogiques et d'accompagnement différentes. Il était nécessaire de  
806 comprendre quel mécanisme sous-tendait son mode de comportement et de communication et  
807 quelle était la nature du lien avec son rapport au Sensible.

808

---

<sup>46</sup> La somato-psychopédagogie et la fasciathérapie sont les disciplines appliquées du champ universitaire de la psychopédagogie perceptive. La somato-psychopédagogie désigne une discipline qui étudie par quels moyens on peut apprendre et grandir en conscience à partir d'un vécu corporel spécifique. Cette application a été créée en 2000 par le professeur Bois. (Berger, 2006 ; Bois, 2006)

809 Avant d'aller plus loin dans la description des éléments et des événements qui ont  
810 construit mon outil pédagogique, je voudrais dire qu'il s'est passé une chose dans ma vie que  
811 je n'avais pas perçue de manière aussi nette qu'aujourd'hui. Avant de rencontrer le sensible,  
812 tout était simple, j'étais acteur et seulement acteur. À partir du moment où j'ai rencontré le  
813 travail de Bois, j'ai rajouté la dimension de pédagogie théâtrale à mes compétences. Ensuite,  
814 plus j'expérimentais le travail de Bois pour moi-même et dans mes cours de théâtre, plus je  
815 me rendais compte de l'impact humain de ce travail. Je veux dire qu'il ne touchait pas  
816 seulement une dimension professionnelle, sous l'acteur il y avait un homme ou une femme  
817 qui était touché par ce travail et qu'il fallait accompagner. J'ai donc rajouté la compétence de  
818 somato-psychopédagogue pour gagner en pertinence dans ma pédagogie. Je passais  
819 allègrement, jusqu'à maintenant, d'une compétence à une autre sans m'en rendre compte. Ces  
820 différentes pratiques étaient dans un entrelacement tel qu'il s'est trouvé à l'origine des  
821 difficultés à cerner mon objet de recherche mais aussi de la richesse de ces différentes  
822 approches. C'est dans cette posture entrelacée que j'ai rencontré le travail du professeur Baro.  
823

## 824 **8. Les profils de personnalité**

825

826 J'ai participé, en 2004, à un stage co-animé par Christian Courraud<sup>47</sup> et le professeur  
827 Franz Baro<sup>48</sup>. Ce dernier partageait aux somato-psychopédagogues son approche des traits et  
828 troubles de la personnalité (voir annexe 1). Ses interventions s'inscrivaient dans un contexte  
829 nouveau pour l'approche du Sensible. En effet, « le corps n'était plus traité pour lui-même,  
830 mais devenait une médiation privilégiée pour aborder la globalité du patient, psyché  
831 comprise. » (Bois, 2009a, p. 58) Or, il était impératif de mieux comprendre le fonctionnement  
832 psychologique de ce dernier, mais aussi d'éclaircir la nôtre avec, comme problématique sous-  
833 jacente : quel liens y a-t-il entre le sensible et la psychologie et s'il y en a, de quelle nature ?

834 Un soir de ce stage, au restaurant, il me témoigna qu'il en avait assez de toujours faire  
835 le même cours et sachant que j'étais acteur, il me proposa d'interpréter ses différents profils  
836 de personnalité dans l'objectif de renouveler sa pratique mais également d'enrichir son  
837 enseignement théorique de le rendre plus vivant. Ne connaissant pas du tout cette approche  
838 psychologique, clinique dans le regard sur les symptômes, et abordant généralement plus le

---

<sup>47</sup> Christian Courraud : kinésithérapeute D.E, fasciathérapeute, directeur du département fasciathérapie de Point d'Appui, Assistant invité de l'Université Fernando Pessoa, titulaire d'une maîtrise en psychopédagogie perceptive

<sup>48</sup> Le professeur Baro, est neuropsychiatre, professeur émérite de l'université de Louvain, directeur du centre psychiatrique universitaire Saint Camille, chargé de l'hygiène mentale auprès de l'OMS.

839 personnage par des consignes métaphoriques, poétiques ou d'intention, je me fis expliquer  
840 son point de vue particulier.

841 La classification des traits et troubles de la personnalité utilisée par Baro s'inscrit dans  
842 le champ de la psychologie de la personnalité, et plus spécifiquement dans les théories des  
843 dispositions. Celles-ci postulent que les individus possèdent des prédispositions (traits) à  
844 répondre d'une certaine manière dans des situations diverses et que chaque personne est  
845 unique en fonction de ses traits de personnalité. Ces théories s'appuient sur les travaux  
846 d'Allport (1961) et de T. Millon (2010). Il y a huit profils de personnalité – agressif,  
847 narcissique, hystérique, soumis, obsessionnel, négativiste, asocial et évitant – classés suivant  
848 deux critères : la source et le mode de renforcement. La source d'affirmation de soi est le lieu  
849 où l'on apprend à répéter ou non un certain comportement, où l'on apprend à répéter un  
850 comportement souhaité et à éviter ceux mal adaptés. Le mode de renforcement est la manière  
851 dont la personne tente d'obtenir cette affirmation de soi (pour la description de ces profils voir  
852 les annexes 3 et 4).

853 Dans les descriptions que m'a faites Baro de ces profils, je l'ai questionné sur les  
854 " intentions " qui les animaient c'est-à-dire la ou les pensée(s) sous-jacente(s) aux actions des  
855 personnes. Il me donna, pour chaque profil, une ou deux phrases clefs pouvant illustrer la  
856 pensée de chacun. Je ne suis donc pas parti du corps car Baro ne me donnait que des  
857 informations psychologiques sur les sources et les modes de renforcement d'une personnalité  
858 conformément au modèle de Millon (2010). Avec ces quelques informations, j'ai improvisé  
859 des scénettes devant les élèves de la formation en somato-psychopédagogie. Le protocole était  
860 le suivant : pour chaque personnalité, je rentrais dans la salle de cours et me présentais selon  
861 le profil que j'avais choisi de mettre en scène. Ensuite, naissaient des interactions avec les  
862 élèves sous la forme soit de questions qu'ils me posaient, soit de réactions que je provoquais  
863 en prenant à parti l'un ou l'autre. Ces interactions m'aidaient à renforcer la stature du  
864 personnage correspondant au profil et à un moment donné, Baro m'arrêtait et rentrait dans son  
865 cours théorique pour présenter tous les aspects de ce profil de personnalité. Je sortais pour  
866 préparer le suivant.

867 A un moment donné, avec le profil de personnalité " soumis<sup>49</sup> ", j'ai surpris Baro. Il a  
868 cru que je me sentais réellement incapable de travailler ce profil, que je me dévalorisais  
869 réellement et il a essayé de me convaincre du contraire jusqu'au moment où il s'est rendu

---

<sup>49</sup> La personnalité soumise est dépendante – sa source de renforcement est les autres – cela veut dire que pour cette personne les autres sont plus importants qu'elle-même et elle est passive – son mode de renforcement – cela veut dire qu'elle n'intervient pas sur les autres ou sur les événements, elle les subit.

870 compte que je jouais. Il y avait, à ce moment-là, un emboîtement total entre un état de mon  
871 corps (plutôt hypotonique), une pensée – " je ne vais pas y arriver " – une posture corporelle  
872 (plutôt en convergence, repliée un peu sur moi-même) et un contexte (le fait de passer devant  
873 les autres), le tout me permettant d'être dans une authenticité qui me transformait.

874 Cette expérience, qui fut fondatrice pour ce projet de Master, m'a tout d'abord permis  
875 d'observer que je pouvais passer d'un profil à l'autre, que cela dénotait une capacité  
876 d'adaptation et que cette capacité était importante pour moi mais aussi pour les autres. En  
877 effet, j'ai pu rencontrer, dans ma vie, des moments où je me suis senti enfermé dans un  
878 comportement sans porte de sortie, situation que je retrouvais également chez certains de mes  
879 stagiaires alors qu'ici, il me semblait rencontrer une voie de passage pour plus d'adaptabilité.  
880 Ensuite, j'ai vu que cette rencontre avec les profils offrait une possibilité de transformation.  
881 De façon identique à ma rencontre avec les masques de Commedia dell'Arte, m'offrant au  
882 travers de leur pluralité une palette d'expériences comportementales différentes, l'ensemble  
883 des profils de personnalité permettait d'accéder à des façons de penser, de bouger,  
884 d'appréhender l'autre et le monde de manière variée. Un troisième et dernier point est  
885 l'entrelacement entre le corps et la pensée que j'ai pu constater lors de cette expérience, l'un  
886 agissant sur l'autre et vice-versa. J'avais déjà pu observer ce phénomène lors de mes  
887 interprétations de personnage mais ici, de par la dimension pathologique et psychologique  
888 apportée par Baro, le lien ce faisait à un niveau plus réaliste pour ne pas dire " naturaliste ".

889 C'est de l'ensemble de ces constatations qu'est né le projet d'enseignement et de  
890 partage des profils de personnalité au travers d'un spectacle pédagogique. Mais c'est  
891 également grâce à l'échange et l'observation avec les stagiaires, ainsi qu'avec mes collègues  
892 de travail, que ce projet a évolué jusqu'au codifié des « Personnages de Sensible ».

893

894

### 895 8.1. Le spectacle pédagogique : un terrain d'observation

896

897 Dans la première période de ce travail qui s'est déroulée de 2005 à 2007, j'ai donc  
898 présenté régulièrement et fait évoluer ce " spectacle pédagogique " dans les formations en  
899 somato-psychopédagogie et en fasciathérapie. Cette nouvelle forme de représentation  
900 permettait d'interpréter des *troubles* de la personnalité et de présenter en même temps le  
901 contenu théorique qui s'y rattachait devant un public de stagiaires. Ces personnalités troublées  
902 étaient des personnages forts qui pouvaient même être caricaturaux aux yeux des élèves.



903 L'observation de ces troubles les mettait souvent dans des situations de malaise car ils se  
904 jugeaient ou analysaient leurs voisins ainsi que leur propre accompagnement en somato-  
905 psychopédagogie de manière un peu 'sauvage'. Ils mélangeaient aussi allègrement les  
906 informations provenant du Sensible et celle de la psychologie. Il était impératif de faire  
907 évoluer ce " spectacle pédagogique " dans une direction de clarté : définir ce qui appartenait  
908 au champ de la psychologie de la personnalité et au champ du Sensible ; définir la spécificité  
909 de l'approche de la personnalité dans le champ du Sensible.

910 Une première piste de travail a été de distinguer la source, dans le sens nourricier mais  
911 également original, où la personne se construit. Nous avons pu observer que, selon la théorie  
912 des dispositions, « la source où l'on puise l'affirmation de soi ne peut se trouver que chez soi-  
913 même et chez les autres » (Baro, 2006, p. 2). Je rappelle que la source d'affirmation de soi est  
914 le lieu où l'on apprend à répéter ou non un certain comportement, ou l'on apprend à répéter  
915 un comportement souhaité et à éviter ceux mal adaptés. Il m'a semblé que le Sensible  
916 proposait une tierce voie de renforcement et ce, de par le vécu du corps. Emmanuelle Duprat,  
917 docteur en psychologie, constate que « le vécu du corps Sensible, par son caractère à la fois  
918 agréable, rassurant et totalement inédit, offre à la personne une nouvelle perspective d'elle-  
919 même. C'est comme si l'image corporelle et l'image de soi se reconstruisaient de l'intérieur. »  
920 (2009, p. 373)

921 Le corps Sensible (Bois, 2006b), dont parle Duprat, fait partie des différents statuts du  
922 corps mis à jour par Bois. Le corps objet, " j'ai un corps ", est un corps utilitaire, un corps  
923 machine où la personne sait qu'elle a un corps mais n'est pas touchée par ce dernier. Le corps  
924 sujet, " j'habite mon corps ", impliquant un acte de perception plus élaboré, est un corps  
925 ressenti devenant lieu d'expression de soi à travers des perceptions internes où la personne  
926 sent que c'est son corps et qu'elle est concernée et touchée par ce qu'elle vit. Le corps  
927 Sensible, " j'apprends de mon corps ", est un corps devenant une caisse de résonance de  
928 l'expérience, il est capable de recevoir l'expérience et de la renvoyer au sujet qui la vit, la  
929 personne s'aperçoit au sein de son expérience et la déploie en une nouvelle connaissance. Le  
930 corps Sensible devient la source d'une nouvelle expérience de soi mais également le lieu, au  
931 sens d'une place, d'un endroit que l'on peut retrouver, permettant un déploiement de sens  
932 nouveau pour la personne. Le corps sensible « en tant qu'il est animé du mouvement interne,  
933 constitue pour nous à la fois *l'organe de saisie* et *le lieu où saisir* une connaissance de soi, du  
934 monde et des autres autre que la connaissance rationnelle, et même intuitive, que l'on peut en  
935 avoir. » (Berger, 2008, p. 11)

936 Le corps Sensible me semblait donc être une troisième voie, entre la dépendance aux  
937 autres et l'indépendance (orientée uniquement vers soi), selon la classification de Baro des  
938 troubles de personnalité. Mon projet à ce stade, devenait : offrir aux stagiaires en somato-  
939 psychopédagogie le moyen d'utiliser la grille des profils de personnalité non plus seulement  
940 comme grille d'analyse des personnes qu'ils accompagnaient, mais aussi comme trame où  
941 repérer et développer un rapport à des facettes de leur propre personnalité, inconnues,  
942 imperçues ou pas suffisamment habitées. Il s'agissait de leur faire goûter à cette capacité  
943 d'adaptation nouvelle, à cette pluralité d'expériences comportementales que j'avais  
944 rencontrées moi-même lors de ma découverte de ces profils. Il a donc fallu construire des  
945 étapes pour éviter que les étudiants en somato-psychopédagogie ne tombent dans une analyse  
946 psychologique simpliste pour ne pas dire réductrice et pour qu'ensuite, ils puissent accéder à  
947 la personnalité par le biais de la perception, qu'ils puissent comprendre que « la source où  
948 l'on puise l'affirmation de soi » peut être de nature Sensible.

949 A partir de ces premières réactions, un projet s'est précisé. Il me semblait  
950 indispensable de partir du Sensible et d'aller vers un déploiement du potentiel expressif plus  
951 que vers les traits ou profils de personnalité pour rester dans mes compétences et pour toute  
952 les raisons citées plus haut (troisième voie, adaptabilité offerte par l'expérience des différents  
953 profils, transformation et enrichissement de la personnalité par la rencontre des différents  
954 profils, corporalité venant nourrir une connaissance de soi). Mais cela n'a pas été facile à  
955 réaliser, car l'entrelacement des différents champs concerné par ce projet était dense –  
956 psychologie de la personnalité, théâtre et construction du personnage, somato-  
957 psychopédagogie et corps sensible – et j'ai mis du temps à démêler tout cela. Ce sont ces  
958 différentes tentatives que je vais vous partager dans le paragraphe suivant.

959

## 960 8.2. Première tentative : positiver

961

962 Elle fut de trouver les aspects positifs des différents troubles de la personnalité. J'ai  
963 fait ce choix pour essayer d'éviter les réactions négatives des élèves en somato-  
964 psychopédagogie, qui ne voyaient que le côté pathologique d'une personnalité. Par exemple :  
965 une personnalité agressive est une personne qui se perçoit comme indépendante, qui crée des  
966 systèmes de pression et se construit dans le conflit et dans le déni de l'autre. Regarder le côté  
967 positif d'une telle pathologie, c'est poser l'hypothèse que si la personne ne se trouve pas dans  
968 un trouble de la personnalité, elle possède aussi des qualités intrinsèques. Par exemple, la

969 personnalité agressive, si elle n'est pas dans cet extrême, est aussi active, battante, elle défend  
970 ses idées, elle utilise tous ses acquis au service de ses projets, ce qui est plutôt positif comme  
971 attitude.

972 J'ai, par la suite, renommé les classifications de Baro en y rajoutant un point de vue  
973 positif mais le raccourci était un peu rapide et pas du tout étayé. C'était comme si j'essayais à  
974 tout prix de faire des liens, de coller ce point de vue positif sur une grille de lecture des  
975 troubles de personnalité ayant sa propre cohérence. Cette voie a été abandonnée car elle  
976 rajoutait de la confusion entre trouble de la personnalité et personne normale.

977

### 978 8.3. Deuxième tentative : jouer les troubles dans des stages d'expressivité

979

980 La deuxième étape s'est développée dans les stages théâtraux de la *Compagnie du*  
981 *Passeur*. Nous avons voulu, Sylvie Bitterlin et moi-même, appliquer tout de suite cette  
982 rencontre avec les profils de personnalité dans le jeu théâtral et principalement dans la  
983 construction du personnage et la forme clownesque. Pourquoi ces deux formes plus  
984 spécifiquement ? Dans le travail de la Compagnie, nous partons toujours du corps Sensible  
985 (Bois, 2006b) pour ensuite déployer les effets que la personne ressent au contact du  
986 mouvement interne dans une expression visible. Les profils de personnalité offraient pour la  
987 construction de personnages une grille de lecture et une orientation psychologique. Cela  
988 permettait aux stagiaires, en partant d'une sensation corporelle, en la laissant prendre forme  
989 dans une posture, en écoutant la qualité tonique de celle-ci, d'entrer encore plus précisément  
990 dans leurs personnages en y ajoutant un style de pensée spécifique. Je rappelle que Baro, lors  
991 de la première présentation des profils, m'avait donné quelques phrases clefs pour illustrer  
992 leurs pensées. J'agissais de la façon suivante : j'informais les stagiaires de la classification des  
993 profils de personnalité selon la théorie des dispositions, ensuite, je leur décrivais les  
994 différentes caractéristiques de ceux-ci – comportementales et intentionnelles – pour  
995 finalement leur donner une intention.

996 Mais c'est surtout la forme clownesque qui nous a aidés à trouver une voie de passage  
997 corporelle et sensible. En grossissant le trait des différents profils de personnalité, j'ai pu  
998 observer quelles étaient les dynamiques corporelles à l'œuvre dans chacun d'entre eux. La  
999 forme clownesque permet d'exagérer les gestes mais aussi toutes les dynamiques internes  
1000 sans pour autant rentrer dans une caricature c'est-à-dire un jugement sur ce que l'on interprète.  
1001 Elle permet un jeu plus ample et plus intense tout en gardant une authenticité. Je commençais

1002 à observer chez les stagiaires des similitudes entre les repères qu'ils trouvaient – perceptions  
1003 corporelles, rythmes d'un déplacement, nature de pensée, richesse ou non des amplitudes et  
1004 orientations gestuelles – et ceux que j'avais acquis après mes trois années d'interprétation lors  
1005 du spectacle pédagogique autour des différents profils. Ceux-ci peuvent se résumer à trois  
1006 éléments essentiels dans la composition du personnage ; une posture, une tonicité, une  
1007 intention. C'était le début de la troisième tentative.

1008

#### 1009 8.4. Le mouvement de base comme vecteur d'organisation archétypale

1010

1011 Cette troisième étape s'est vraiment orientée autour d'un élément particulier du  
1012 mouvement gestuel : le mouvement de base. Ce dernier offrait une intention directionnelle  
1013 aux stagiaires car réaliser un mouvement linéaire engageant la globalité du corps n'est  
1014 possible que grâce à elle. « L'intention directionnelle est comme un rail le long duquel  
1015 s'oriente le mouvement visible, donnant l'impression de glisser dans la direction choisie  
1016 comme un bateau nouvellement construit glisse majestueusement vers l'eau qui l'accueille »  
1017 nous dit merveilleusement Berger (2004, p. 111). Les mouvements de base, associés à  
1018 l'intention directionnelle, étaient un sens, compris comme une orientation spatiale, une  
1019 direction, mais également un sens intentionnel, une origine de pensée. J'avais déjà  
1020 expérimenté cette sensation depuis l'apparition des mouvements de base en 1995, et l'avais  
1021 appliquée dans plusieurs spectacles. Mais ici, je les redécouvrais enrichis de l'apport de la  
1022 classification de Baro, je pouvais pratiquement observer quelle était la résonance d'un  
1023 mouvement de base avec un profil.

1024 J'ai tout de suite appliqué cette observation que je faisais sur moi-même dans mes  
1025 stages d'expressivité. J'ai également changé de stratégie pédagogique : alors que  
1026 précédemment j'informais mes stagiaires du profil que nous allions travailler (v. § 8.3.), ici, je  
1027 les informais que nous allions aborder un personnage, mais que nous allions observer ce qui  
1028 naissait de l'expérience corporelle.

1029 J'en donne un exemple. Je faisais travailler le mouvement de base avant, qui  
1030 correspondait pour moi à ce que je rencontrais en jouant la personnalité agressive et  
1031 également à ce que j'observais en dirigeant des stagiaires en expressivité autour de ce profil  
1032 de personnalité. Je rappelle que la personnalité agressive se perçoit comme étant indépendante  
1033 – le " se perçoit " est une nuance importante – c'est-à-dire qu'elle estime qu'elle n'a pas  
1034 besoin des autres pour exister ; il y a, chez elle un déni profond de l'autre. L'autre

1035 particularité de cette personnalité est qu'elle se donne de la valeur sur le mode de la  
1036 confrontation avec l'autre, confrontation pouvant aller jusqu'à l'agression physique. Donc,  
1037 lorsque les stagiaires travaillaient ce mouvement de base avant, il offrait la sensation d'aller  
1038 vers l'avant, c'est une information spatiale, mais surtout, lors de leurs témoignages, ils  
1039 disaient : " je vais vers l'avant " ou " je vais de l'avant " ou " je m'engage " ou " je me sens  
1040 déterminé ". Ils déployaient un sens ou une résonance particulière avec leur expérience et ce  
1041 sens était beaucoup plus riche que lorsque je les faisais travailler à partir des seuls profils de  
1042 personnalité. De plus, ces témoignages étaient nettement moins caricaturaux que lors de  
1043 l'approche clownesque et ils véhiculaient une dimension positive, comme si le stagiaire faisait  
1044 l'expérience de la potentialité de ce profil plutôt que celle du trouble. Cette lecture de la  
1045 gestuelle portée par les mouvements de base m'informait qu'un certain nombre de capacités  
1046 comportementales fondamentales constituant un répertoire d'attitudes psychiques était caché  
1047 dans les mouvements de base et que je devais creuser cette voie pour les révéler. Il y avait là  
1048 une voie de passage pour que les stagiaires restent en lien avec le Sensible, reste dans le lien  
1049 perceptif à leurs corps, au mouvement interne, tout en entrant dans l'expérience d'un  
1050 personnage précis.

1051 Je souhaite partager, pour éclaircir ce propos, le témoignage d'une stagiaire en  
1052 expressivité dans le cadre des stages de la *Compagnie du Passeur*. C'était le 29 avril 2007,  
1053 lors d'un stage sur les profils de personnalité et la création de personnage. Elle s'était appuyée  
1054 sur la personnalité agressive selon la classification de Baro et cela vient éclairer les propos  
1055 que je tenais sur cette personnalité plus haut. Elle s'est préparée en posant son attention sur le  
1056 mouvement de base avant et voici son témoignage : « J'ai senti comme si tout de moi avançait  
1057 comme sur un rail en continu et j'ai perçu une douceur en mouvement d'une force qui ne se  
1058 laisse pas faiblir, qui avance sans défaillir. Mais cette force est fluide, pas forcée, elle est  
1059 vraiment intériorisée et j'ai la sensation d'habiter tout mon corps. Je sens un plaisir à exprimer  
1060 cela qui me fait changer mon regard sur moi. Je vis à ce moment là une grande acceptation de  
1061 moi, de ma taille, là, dans ce moment, je peux exister dans toute ma stature, dans toute ma  
1062 puissance, de la tête aux pieds, avec cette lenteur qui m'aide à ne pas me perdre. » Je me suis  
1063 rendu compte, à la lecture de ce témoignage, que l'expérience d'un personnage faite avec une  
1064 véritable exigence d'authenticité c'est-à-dire de présence perceptive au Sensible, à son corps,  
1065 à ses pensées et cela dans une immédiateté, peut amener le stagiaire à faire une autre  
1066 expérience de lui-même et que cette expérience, si elle est questionnée, peut prendre le statut  
1067 de connaissance nouvelle pour la personne.

1068

1069            Cela m'a permis de me rendre compte que, lorsque les stagiaires partaient du corps  
1070 pour aller vers les personnalités, sans que je les informe de la classification des profils de  
1071 personnalité, leurs interprétations étaient beaucoup plus riches, plus ouvertes. Je veux dire par  
1072 là qu'il y avait une pluralité de sens qui se donnait. Lorsqu'ils partaient de la classification de  
1073 Baro c'était plus limitatif, cela les enfermait dans une manière de fonctionner, dans une forme  
1074 de pensée plus restreinte car ils essayaient d'atteindre ou de reproduire l'idée qu'ils avaient  
1075 comprise de la personnalité présentée.

1076            Pour les amener à cette nouvelle étape, j'ai utilisé la stratégie suivante ; après avoir  
1077 réalisé un échauffement, c'est-à-dire créé le lien avec le mouvement interne, je les invitais à  
1078 s'engager dans un mouvement de base en observant la nature des perceptions qui s'y  
1079 donnaient, la nature des émotions ou sentiments qu'ils y rencontraient et les intentions et  
1080 pensées diverses qu'ils saisissaient. Lorsqu'ils partaient tous en mouvement de base avant,  
1081 comme dans l'exemple cité plus haut, il y avait une couleur particulière, comme une famille  
1082 d'intentions, un archétype que l'on pouvait retrouver, propre à chaque orientation et à chaque  
1083 posture.

1084            La notion de posture archétypale est importante à développer ici. De même qu'en  
1085 Commedia dell'Arte, chaque masque est considéré comme un archétype du fonctionnement  
1086 humain, je pouvais constater que chacune des postures orientait la personne vers un univers  
1087 psychologique spécifique. Je ne développe pas cette notion d'archétype au sens jungien du  
1088 terme, c'est-à-dire comme un symbole primitif et universel de l'inconscient collectif, mais  
1089 bien comme un type primitif et original servant de modèle à un développement expressif. En  
1090 Commedia dell'Arte, le masque d'Arlequin, quelle que soit la personne créant le masque, aura  
1091 toujours des sourcils levés, des pommettes rebondies, un nez plutôt retroussé. Malgré cette  
1092 constante de la forme, lors de l'interprétation, plusieurs acteurs travaillant sur le même  
1093 masque auront des dynamiques singulières mais l'on retrouvera un fond commun dans leurs  
1094 jeu : une curiosité, un esprit débrouillard et créatif dans toute situation, une envie de croquer  
1095 la vie. Cette dynamique sera complètement à l'opposé avec un masque de Pantalon. Je  
1096 pouvais constater un effet similaire sur les postures et les mouvements de base  
1097 qu'interprétaient les stagiaires en expressivité dans les formations de la *Compagnie du*  
1098 *Passeur*. Si dix stagiaires interprétaient la posture vers l'avant, ils avaient chacun un vécu  
1099 singulier mais il en ressortait une famille de résonance commune comme par exemple :  
1100 l'engagement, la détermination, l'affirmation de soi. C'est pour différencier l'approche des  
1101 profils de personnalité porteuse d'une dimension pathologique et l'approche nouvelle que je  
1102 déployais à partir du corps dans mes stages d'expressivité, qu'a été utilisé le terme de

1103 " personnage ". Le terme « Personnages du Sensible » m'a été soufflé par Bois lors d'un stage  
1104 à Bordeaux dans le cadre d'un diplôme universitaire autour de l'expressivité.

1105

1106 En 2005, nous avons, Sylvie Bitterlin et moi-même, réalisé un film avec une équipe<sup>50</sup>  
1107 mettant en situation ces différents profils de personnalité. Ce travail se fit à Lisbonne et fut un  
1108 moment fort d'échanges entre les professeurs Bois et Baro. Nous avons choisi de mettre en  
1109 scène les différents profils dans des situations quotidiennes et plus spécifiquement dans des  
1110 situations de couple. Ce choix m'a permis d'être encore plus proche d'une personnalité  
1111 normale et de m'éloigner d'un jeu plus caricatural qui était utilisé pour les troubles de  
1112 personnalité. Cela a été, pour moi, un moment important d'intégration de ces personnages au  
1113 sens ou j'avais moins besoin de forcer le trait, je pouvais diminuer l'amplitude corporelle et  
1114 les intensités toniques, ce qui avait pour effet un jeu plus 'naturaliste', plus intériorisé.

1115 Ce travail de jeu autour des différents traits de personnalité s'est poursuivi et est  
1116 toujours d'actualité dans les formations professionnelle et continue des Ecoles supérieures de  
1117 somato-psycho-pédagogie et de fasciathérapie.

1118

## 1119 **9. L'acte de création**

1120

1121 Le matin du stage (novembre 2007), arrivant généralement une heure avant le début de  
1122 la formation, me préparant en pratiquant une introspection et de la gymnastique sensorielle, je  
1123 me suis mis à chercher un outil facilitant l'enrichissement expressif et comportemental des  
1124 stagiaires. Cet outil devrait permettre aux stagiaires de faire l'expérience d'une orientation et  
1125 d'une posture spécifique qui véhicule une même famille de sens et cela sans passer par les  
1126 troubles de la personnalité décrit dans la classification de Baro. J'avais, d'un côté, fait  
1127 l'expérience des différentes postures de ces profils de personnalité en les jouant et j'avais,  
1128 d'un autre côté, en tant que pédagogue pu observer les stagiaires dans les jeux de  
1129 personnage prendre différentes postures suivant ce qu'ils interprétaient, mais ces informations  
1130 étaient implicites. C'est comme si, ce matin de stage à la Réunion, tout s'était révélé en un  
1131 exercice cohérent, pratique et simple à transmettre.

---

<sup>50</sup> Charles Dufour à la caméra, Hélène Bourhis comme perchwomen et Emmanuelle Duprat comme conseillère psychologique.

1132 Cet outil s'est construit autour d'une séquence du mouvement codifié crée par Bois, le  
1133 biorythme sensoriel<sup>51</sup> (Bourhis, 2005). Cette séquence, se construisant autour d'une  
1134 alternance de mouvements de convergence et de divergence, me semblait tout indiqué pour  
1135 organiser ce qui, en moi, était présent de manière éparse. Pourquoi cette partie-là  
1136 spécifiquement ? J'avais pu observer qu'en général, lorsque les stagiaires interprétaient des  
1137 "personnages", les postures que leurs corps prenaient tournaient autour de schèmes  
1138 associatifs de mouvement, principalement ceux de convergence et de divergence<sup>52</sup>. Parmi  
1139 ceux-ci, ceux de postériorité<sup>53</sup> et d'antériorité<sup>54</sup> revenaient le plus souvent. S'ils jouaient, par  
1140 exemple, un personnage ayant des caractéristiques de curiosité, de spontanéité, chaleureux, ils  
1141 avaient tendance à adopter un schème d'antériorité, c'est-à-dire divergent. En revanche, s'ils  
1142 travaillaient un personnage ayant des caractéristiques plus craintives, plus intériorisé, passif,  
1143 c'est vers le schème de postériorité qu'ils se dirigeaient, celui-ci étant convergent. Je portais  
1144 ces moments de travail en moi, de par mon expérience d'interprétation mais également de par  
1145 les moments d'échange avec les élèves comme j'ai pu le décrire dans le chapitre huit. Mais je  
1146 ne les avais jamais synthétisés ou rassemblés en un seul exercice.

1147 De cette séquence codifiée, j'ai gardé uniquement l'oscillation cinétique de base se  
1148 déroulant d'avant en arrière. Je n'ai pas gardé les mouvements des bras qui y étaient associés  
1149 car il n'était pas nécessaire pour la gestuelle plus spécifiquement adaptée à mon projet. Cette  
1150 oscillation me semblait à la fois suffisamment simple et accessible pour les stagiaires, qu'ils  
1151 soient experts dans l'approche du Sensible ou débutants.

1152 Je me suis mis en mouvement sur cette base chorégraphiée et ai observé quelles  
1153 attitudes des bras étaient les plus pertinentes. Pertinentes par rapport à quoi ? J'avais en  
1154 mémoire plusieurs choses ; comme je l'ai déjà signalé plus haut, j'ai retenu ce que j'ai pu  
1155 observer du travail des stagiaires, qui serait plus de l'ordre d'une mémoire plus visuelle, mais  
1156 aussi de ce que j'ai vécu, de l'ordre d'une mémoire plus corporelle. En effet, à partir des  
1157 postures que je prenais lors de mon interprétation de la classification de Baro et, par la suite,

---

<sup>51</sup> Le biorythme est une rythmicité fondamentale que l'on distingue au sein du mouvement interne, il permet une adaptation posturale au cours du déroulement du geste et est l'horloge interne servant de starter à toute impulsion cinétique.

<sup>52</sup> Les schèmes associatifs de mouvement sont des ensembles cohérents de mouvement s'organisant dans un respect de la physiologie du corps, ce dernier étant relâché. « On donne comme appellation à un schème le nom du mouvement linéaire qui correspond à l'orientation intentionnelle du schème et qui lui sert de starter. Parmi les schèmes associatifs, on distingue des schèmes de convergence, qui concentrent les mouvements vers le corps, et des schèmes de divergence, qui tendent à mettre le corps en ouverture » (Bourhis, 2005. p.34)

<sup>53</sup> *Schèmes de postériorité* : postériorité, verticalité basse, circularité antérieure du tronc, rotation interne des membres supérieurs et inférieurs, pronation des avant-bras, expiration.

<sup>54</sup> *Schèmes d'antériorité* : antériorité, verticalité haute, circularité postérieure du tronc, rotation externe des membres supérieurs et inférieurs, supination des avant-bras, inspiration.



1158 lors de la construction de personnage, soit sur une base clownesque, soit sur une base plus  
1159 intentionnelle, ou à partir de l'observation des stagiaires en expressivité travaillant sur ces  
1160 même propositions de jeu, je pouvais constater des invariants dans les propositions des bras  
1161 suivant une même posture du corps. Ainsi, ce jour de stage à la Réunion, j'ai essayé de  
1162 reprendre ce que j'avais pu observer et de l'intégrer à la structure codifiée du biorythme  
1163 sensoriel. Le premier mouvement du codifié se déroulait sur un schème de convergence. Dans  
1164 mes observations antérieures de ce mouvement expressif, sur moi-même et sur les stagiaires,  
1165 j'avais noté que les bras avaient tendance à se rapprocher du corps, les mains se touchant  
1166 entre elles ou touchant le corps (ventre, sternum, tête). J'ai synthétisé ce mouvement en un  
1167 seul : les avants bras se replient en se rapprochant du sternum, les deux mains se posant sur  
1168 celui-ci. J'ai fait ce choix car dans sa dimension expressive, ce geste portait en lui un  
1169 rassemblement de la personne, le dos s'arrondissait et le recul du bassin permettait un  
1170 relâchement tonique du corps.

1171 J'ai procédé de la même manière pour le mouvement suivant. Celui-ci allant dans un  
1172 schème de divergence, j'avais pu observer que les bras tendaient à s'ouvrir en s'éloignant du  
1173 corps, quelques fois vers le haut, vers le bas ou en latéralité, quelques fois en symétrie ou en  
1174 dissymétrie. Le mouvement qui a synthétisé cette rotation externe des membres supérieurs a  
1175 été une ouverture symétrique en diagonale basse. J'ai fait ce choix car d'une part, l'ouverture  
1176 symétrique permettait une plus grande cohérence du geste, une non-prédominance, une  
1177 attention portée de manière égale dans les deux bras et d'autre part, elle obligeait le stagiaire à  
1178 engager son sternum, celui-ci étant poussé par les deux omoplates qui s'ouvraient créant une  
1179 mobilisation de l'axe vertébral vers l'avant et offrant une implication plus grande de la  
1180 personne dans son geste.

1181 Ces deux mouvements rentraient en résonance avec deux postures appartenant aux  
1182 troubles de personnalité, celle de " l'hystérie " et de la " soumission ". En remarquant cette  
1183 équivalence, je me suis dit qu'il fallait continuer dans cette voie et j'ai cherché pour les deux  
1184 postures suivantes quelles étaient les formes se donnant ayant une résonance avec la  
1185 classification des troubles de la personnalité. J'étais donc vers l'avant, dans une posture de  
1186 divergence. Il me fallait repartir vers l'arrière pour suivre l'oscillation cinétique du  
1187 mouvement. J'avais en moi l'intention d'écouter les résonances avec les profils et, dans les  
1188 mouvements vers l'arrière, le profil " d'évitant " ou " d'asocial " étaient les deux seuls qui  
1189 restaient. Ce qui s'est donné comme mouvement dans le recul est un retour des bras dans une  
1190 circularité latérale avec les paumes des mains tournées vers l'extérieur, la tête tournait vers la  
1191 gauche comme pour rentrer dans le schème de convergence et plus spécifiquement celui de

1192 rotation gauche. Ce qui apparaissait très clairement est une résonance avec le profil de  
1193 personnalité " évitant ".

1194 Pour la posture suivante, il me fallait repartir vers l'avant, toujours en respectant  
1195 l'oscillation du biorythme sensoriel. Si je procédais par élimination, il me restait à trouver les  
1196 postures correspondantes à celle " d'agressif ", de " narcissique ", " d'asocial ". J'ai fait le  
1197 choix, à ce moment-là, de ne pas garder celle " d'obsessionnel " et de " négativiste " car,  
1198 faisant partie de la famille des personnalités ambivalentes, elles se traduisaient physiquement  
1199 par une alternance posturale entre convergence et divergence. Ce qui s'exprimait chez ces  
1200 personnalités est une difficulté à choisir entre une source de renforcement (l'autre ou moi), or  
1201 dans ce codifié, je ne souhaitais pas rentrer dans une expression de problématique  
1202 psychologique mais bien dans un déploiement des possibles expressifs et comportementaux  
1203 de la personne. Il ne s'agissait pas d'exprimer des troubles de la personnalité.

1204 En allant vers l'avant, le mouvement qui s'est imposé est un engagement des avant-  
1205 bras vers l'avant, la tête revenant de face. Le détail que j'y ai rajouté est les poings qui se  
1206 ferment. Cet élément venait offrir aux stagiaires une tonalité allant dans les couleurs de  
1207 l'engagement, de la fermeté, de la détermination. On voit bien ici que l'on est loin d'un  
1208 trouble de personnalité agressive mais ce qui reste est comme un écho de celle-ci.

1209 Il me fallait revenir vers l'arrière pour respecter l'oscillation du biorythme mais au  
1210 sortir de la posture précédente qui était impliquante, j'ai eu la sensation qu'il était nécessaire  
1211 de repasser par la posture de convergence en schème de postériorité avec les bras se déposant  
1212 sur le sternum. Elle permettait aux stagiaires d'avoir un retour sur eux-mêmes, de prendre du  
1213 recul et j'observais également qu'elle me permettait de glisser vers la 'posture narcissique',  
1214 celle-ci s'orientant dans un schème de verticalité haute. Pour cela, j'ai mobilisé les bras en les  
1215 engageant vers l'avant et vers le haut, ceux-ci entraînant le corps dans sa verticalité haute,  
1216 ensuite ils redescendent latéralement de chaque côté du corps. Le fait de garder l'axe de la  
1217 colonne vertébrale bien centré, combiné à l'ouverture latérale des bras donnait la sensation de  
1218 se déployer, de se donner toute son ampleur avec une estime de soi bien ancrée.

1219 Il me restait un dernier mouvement à trouver qui ferait écho au profil d'une  
1220 personnalité asociale. Le mouvement qui me semblait le plus logique par rapport à  
1221 l'observation que j'avais pu faire sur les stagiaires et sur moi-même, était une verticalité basse  
1222 avec un relâchement du tonus postural. Lorsqu'il y avait interprétation de ce profil,  
1223 l'expression était toujours dans une hypotonicité avec un léger mouvement de convergence de  
1224 la colonne.

1225

1226 J'ai terminé sur ce mouvement et c'est ainsi que je l'ai enseigné pour la première fois  
1227 aux étudiants. Ce n'est que plus tard qu'il y eu trois rajouts. Les deux premiers viennent de  
1228 ma collaboration avec Sylvie Bitterlin. Elle m'a proposé de rajouter deux oscillations  
1229 cinétiques de base de convergence et divergence de la colonne simple c'est-à-dire sans  
1230 mouvement des bras au tout début du codifié. Cela permettait aux stagiaires de mobiliser leurs  
1231 jambes et de rentrer plus progressivement dans la dimension expressive de celui-ci. Je pense  
1232 qu'aujourd'hui il serait nécessaire de réaliser cette oscillation cinétique trois fois, une pour la  
1233 compréhension du mouvement, la deuxième pour l'intégration du mouvement et la troisième  
1234 pour la perception de celui-ci. La deuxième proposition a été d'insérer un mouvement de recul  
1235 entre la posture vers l'avant poings fermés et celle toujours vers l'avant et vers le haut avec  
1236 les bras qui redescendent de chaque côté du corps. En effet, suite à l'observation des  
1237 stagiaires, nous constatons qu'ils étaient en difficulté pour passer d'une posture à l'autre sans  
1238 ce recul. Ils mobilisaient trop de volonté et leur mouvement perdait en intériorité et en  
1239 présence. L'autre rajout est une proposition de Martine de Nardi<sup>55</sup> de terminer le codifié par  
1240 un retour à la position neutre. Cette proposition était intéressante car elle permettait aux  
1241 stagiaires d'avoir un début et une fin similaire au niveau postural et, ainsi de pouvoir effectuer  
1242 une évaluation de ce qui avait pu changer ou pas en réalisant ce codifié.

1243

1244

1245

1246

1247

1248

1249

1250

1251

1252

1253

1254

1255

---

<sup>55</sup> Martine de Nardi est fasciathérapeute et somato-psychopédagogue, fondatrice de l'art martial sensoriel, responsable du D. U. « gymnastique sensorielle périnatale », experte invitée à l'université Fernando Pessoa.

## Annexe 2

### Présentation des différents chercheurs et courants théâtraux

#### Grotowski Jerzy et Flaszen Ludwik

Jerzy Grotowski (1933-1999) est un metteur en scène et directeur d'acteur polonais ayant profondément renouvelé l'étude du jeu de l'acteur. À la fin des années 1950, Jerzy Grotowski fonde avec le critique littéraire et écrivain Ludwik Flaszen *Le Théâtre des 13 rangs* à Opole, qui deviendra plus tard le *Théâtre Laboratoire* de Wrocław. Au cours de cette première période, il valorise la présence des acteurs et délaisse les éclairages, décors et costumes superflus qui, selon lui nuisent au travail de l'acteur et à la qualité de la relation avec le spectateur. Grotowski a pour objectif de (re)trouver l'essence même du théâtre, et pour lui, elle se trouve dans l'organique, c'est-à-dire dans l'acteur. Cette approche est reconnue sous le nom de *Théâtre pauvre*. Pour Grotowski, l'entraînement physique de l'acteur était un moyen pour accéder à autre chose de plus subtil, de méta-corporel. Il pousse ses acteurs à l'extrême pour diminuer les résistances intérieures de ceux-ci, c'est la *via negativa*. Cette voie demande à l'acteur une nudité, il doit abandonner le vouloir faire, la volonté de se montrer pour laisser apparaître une authenticité fondamentale que Grotowski appelle l'acte total. Le don total de l'acteur pour le jeu organique et immédiat, que le maître polonais nomme alors « translumination », fait de lui un « acteur saint ». L'acteur est une fin, alors que le rôle est secondaire ; le rôle est un attribut du théâtre, et pas un attribut de l'acteur. Pour transmettre sa vision du théâtre, il distingue la lignée organique de la lignée artificielle ; sans privilégier l'une ou l'autre, il découvre que ces deux approches ouvrent des sentiers d'expérimentation très fertiles. La lignée artificielle se réfère à la technicité, à l'art de la composition, à tout ce que le public peut voir, tout ce que l'actant peut effectuer ; c'est la structuration de la forme. La lignée organique se réfère à l'implication personnelle de l'actant, son propre processus, son imaginaire, ses impulsions, et que le public ne peut pas voir, c'est ce qui anime la structure.

Son attention passionnée pour toutes les formes de rituels, d'ascèses et de pratiques contrôlées de la transe l'ont d'abord amené à nourrir son théâtre d'une approche qu'on pourrait

qualifier de sacrée, hors de tout dogmatisme et avec le soin et la rigueur d'un artisan ou d'un chercheur scientifique. Son exploration subtile, systématique, et sa capacité de synthèse unique issue de l'observation de certaines techniques du « corps-énergie » et de ses transformations présentes dans la tradition indienne et dans les rituels afro-caribéens (tout particulièrement le vaudou haïtien) lui ont ensuite permis de découvrir une approche du souffle, du chant, du corps en mouvement au service d'une forme d'art qui dépasse les clivages hérités entre théâtre, danse, chant, rituels, disciplines spirituelles, expression ou méditation. Cette phase plus secrète du travail de Jerzy Grotowski durera trente ans et s'articulera en plusieurs périodes : le *parathéâtre* des années 1970 qui élimine la figure du spectateur et invente des moments de rencontres et d'actions collectives. Pendant cette période, il n'y a plus de représentation et le travail de l'acteur devient un cheminement personnel permettant d'accéder à des niveaux expressifs plus profonds. Le *Théâtre des sources* (fin des années 1970, début des années 1980) qui explore les techniques personnelles et confronte de jeunes occidentaux avec les traditions extra-européennes, l'*Objective Drama* (milieu des années 1980), puis la dernière phase de sa recherche avec la création du centre de recherche de Pontedera (Italie).

Jerzy Grotowski a été titulaire de la chaire d'Anthropologie théâtrale au Collège de France de 1997 à 1999. Son héritier et légataire artistique est Thomas Richards, directeur du *Workcenter of Jerzy Grotowski and Thomas Richards* basé à Pontedera.

## **Barba Eugenio**

Eugénio Barba (1936) est né à Brindisi, en Italie. Il émigre en Norvège à l'âge de 17 ans et obtient son diplôme de maîtrise en lettres et en histoire des religions à l'Université d'Oslo juste avant de quitter son pays d'adoption en 1960 pour Varsovie (Pologne). C'est là qu'il commence son apprentissage de la mise en scène. Puis après quelques mois, il part rejoindre Grotowski à Opole et devient un de ses disciples. En 1963, il se remet en route et se dirige cette fois vers l'Inde. Il s'intéresse tout particulièrement au kathakali ; cette forme de théâtre lui inspire un essai et il écrit à la même époque le premier livre consacré à Grotowski : *A la recherche du théâtre perdu* (1965).

A son retour de l'Inde en 1964, il fonde L'*Odin Teatret*. Le groupe s'installe à Holstebro (Danemark) où il demeure actif à ce jour. A l'*Odin Teatret*, l'accent est mis sur l'entraînement physique et vocal de l'acteur ainsi que sur l'improvisation et l'expressivité.

Barba y renouvelle les techniques d'entraînement en s'inscrivant dans la filiation des *training* de Grotowski (le *training* est plus qu'un échauffement, c'est une préparation de l'acteur incluant un travail intentionnel et mobilisant l'attention vers l'organicité), en les déployant et en les enrichissant.

Depuis 1974, Barba et L'Odin Teatret ont établi un réseau d'échange international soulignant les parentés de formes théâtrales entre les cultures. Cela amène, par exemple, le groupe théâtral à mettre en commun son expérience avec celle de tribus primitives en plein cœur de l'Amazonie vénézuélienne. Le souci permanent de trouver les fondements universels du théâtre explique la création en 1979, de l'ISTA ( International School of Theatrical Anthropology), qui se propose de pousser plus loin les recherches sur le dialogue entre des formes artistiques d'origines culturelles différentes. Il est l'auteur de nombreux ouvrages (cf. bibliographie).

## **Hottier Philippe**

Philippe Hottier est un comédien et formateur français. Depuis 1969, il travaille dans le théâtre et la danse. Avec Ariane Mnouchkine et le *Théâtre du Soleil*, il a participé aux créations de *1789 et 1793, L'Age d'Or*, dans le cycle Shakespeare *Richard II, La Nuit des Rois, Henri IV*. Avec Carolyn Carlson, il crée *This, That, The Others*. En 1985, il crée le *Centre Théâtral de l'Embellie*, qui devient en 1987 la Compagnie du *Théâtre du Phénix* ; avec les comédiens, il a cherché à comprendre et à résoudre les difficultés des acteurs face au réel de la scène. En 1992, il rencontre Jacques de Panafieu avec qui il entreprend un échange entre sa conception du théâtre et leur conception de la personne humaine. En 1995, il s'installe à Montpellier où il fonde, avec des comédiens français et étrangers, un groupe de recherche théâtrale le *Théâtre LILA*.

## **Mnouchkine Ariane**

Ariane Mnouchkine (1939) débute au théâtre en 1959 et fonde le *Théâtre du Soleil* en 1964, troupe qui s'installe à La Cartoucherie de Vincennes en 1970. Elle s'est par la suite distinguée par le choix des sujets abordés, donnant souvent à réfléchir sur la condition humaine, et surtout par ses mises en scènes très visuelles (ses fameux décors en mouvement présentant la scène sous différents angles), soutenues par une véritable "bande-son" omniprésente, jouée en direct (sur le bord de la scène) par l'homme-orchestre Jean-Jacques

Lemètre, avec lequel elle collabore depuis 1979. Dans un esprit communautaire présent dès les débuts du *Théâtre du Soleil*, Ariane Mnouchkine a pour coutume d'être présente en début et fin de spectacle, et ce, à chaque représentation. Ses premiers grands succès sont *La Cuisine* d'Arnold Wesker, puis *1789* et *L'Âge d'or*, des créations collectives. Elle met ensuite en scène des classiques (Molière, Shakespeare, etc.) et des auteurs contemporains (Hélène Cixous, Arnold Wesker, etc.), en s'inspirant souvent des traditions orientales (théâtre indien, japonais, etc.).

## **Stanislavski Constantin**

Constantin Stanislavski (1863 - 1938), est issu d'une famille extrêmement fortunée de la bourgeoisie moscovite, les Alexeïev, qui possèdent le domaine de Lioubimovka, où il passe des vacances de jeunesse heureuse, et se marie en 1899 avec Marie Liline.

Constantin Stanislavski était un homme éminemment engagé dans son art. Jouer *juste*, jouer *vrai* était son obsession. Profitant de l'aide de généreux mécènes, il put développer son art pendant des décennies. Stanislavski a mis au point son système de jeu afin de répondre aux exigences naturalistes d'auteurs tels qu'Anton Tchekhov et Maxime Gorki. Toutefois, Stanislavski a sans doute été inspiré par des acteurs au jeu très classique. Stella Adler, qui fut le seul professeur d'art dramatique américain à avoir travaillé avec lui, le considérait comme un homme de tradition inspiré notamment par la *Commedia dell'Arte*. Les acteurs de Stanislavski doivent s'élever au niveau du personnage. L'acteur doit donc se plonger dans sa mémoire affective, s'intérioriser et créer un passé à son personnage.

Dans la deuxième partie de sa vie, il change radicalement de posture et décide de ne pas partir d'une forme d'intériorisation du personnage mais de favoriser le corps. Il la nomme : l'approche des actions physiques. Celle-ci invite l'acteur à interpréter le rôle d'abord en son nom, de faire les actions que demande le rôle avec son corps comme s'il les faisait pour lui-même de la manière la plus authentique possible. Ensuite, il invite l'acteur à glisser progressivement vers son rôle.

À une époque où l'interprétation des acteurs était exagérée, empesée et grandiloquente, en plein démarrage de l'ère industrielle où le rationalisme et le mécanisme pèsent lourdement sur les pensées, Stanislavski propose un jeu fin, léger, sensible, profondément humain. Stanislavski fait donc un peu figure d'exception dans ce contexte : révolutionnaire par rapport au siècle de sa naissance, avant-gardiste par rapport au siècle de sa mort, il est surtout reconnu

depuis les années 1950. Ses propos, incroyablement modernes, correspondent parfaitement à la vision du théâtre d'aujourd'hui, basée sur la sincérité du jeu et de l'émotion.

### **Tchekov Michael**

Michael Tchekhov (1891 - 1955) est un acteur, metteur en scène et auteur russo-américain. Neveu d'Anton Tchekhov (écrivain et dramaturge) et disciple de Constantin Stanislavski, il est acteur au Théâtre d'art de Moscou avant de fonder en 1914 le Premier Studio du Théâtre d'Art de Moscou, qui deviendra plus tard, lorsqu'il en sera nommé directeur, le Deuxième Théâtre d'Art de Moscou. Il quitte la Russie en 1928 pour s'installer à Paris puis en 1936 en Angleterre où il créera en l'École d'Art Dramatique Tchekhov, qui, peu de temps avant la Seconde Guerre mondiale, sera transférée de Darlington Hall aux États-Unis. Cette école a été le tremplin de nombreux acteurs américains. Non content d'avoir contribué à l'expansion de la méthode de Stanislavski à travers le monde, Michael Tchekhov l'a également métamorphosée grâce à la profonde connaissance des formes théâtrales anglo-saxonnes. Il propose un savant mélange de psychologie stanislavskienne, de techniques corporelles anglaises et américaines et de l'imagination non-intellectualisée, mais profondément physique. Une technique qui allie exercices physiques, souplesse, gymnastique et travail intérieur.

### **Strasberg Lee**

Lee Strasberg (1901-1982), fut professeur d'art dramatique pendant plusieurs années. En 1951, il est nommé directeur artistique de l'école d'art dramatique américaine *l'Actors Studio*. Il y enseigne son art du théâtre à, entre autres, Sidney Poitier, James Dean, Paul Newman, Dustin Hoffman, Al Pacino, Robert De Niro ou encore Marlon Brando. Il dirige l'école jusqu'en 1982, date de sa mort. Lee Strasberg a également créé en 1969 la célèbre école d'art dramatique *Lee Strasberg Theatre Institute*. Inspiré par les théories de Stanislavski, il pensait que l'acteur devait créer son personnage grâce et à travers sa mémoire affective et ses ressources émotives.

### **Boal Augusto**

Augusto Boal (1931-2009), figure majeure du théâtre brésilien du XX<sup>e</sup> siècle. Fondateur du *Théâtre de l'Opprimé*. Cette forme théâtrale a deux principes fondamentaux : transformer le spectateur – être passif, réceptif, dépositaire – en protagoniste d'une action



dramatique, en sujet créateur, en transformateur ; essayer de ne pas se contenter de réfléchir sur le passé, mais de préparer le futur.

## Annexe 3

### La classification des profils de personnalité suivant le modèle d'Allport (1961) et Millon (2010)

Cette classification se fait suivant deux dimensions, la source d'affirmation de soi d'une part et le taux de comportement actif ou passif d'autre part.

A. La source d'affirmation de soi est le lieu où l'on apprend à répéter ou non un certain comportement, où l'on apprend à répéter un comportement souhaité et à éviter ceux mal adaptés.

Cette source ne peut se trouver que chez soi ou chez les autres. Elle se répartit entre quatre options :

1. Indépendant : uniquement orienté sur soi-même.
2. Dépendant : totalement orienté sur les autres.
3. Ambivalent : déterminé par un conflit entre les deux (autres et soi-même).
4. Détaché : ne trouvant confirmation ni en soi-même ni chez les autres.

B. Le mode de renforcement est la manière dont la personne tente d'obtenir la confirmation de soi.

1. Actif : la personne influence les situations à son gré, elle ne laisse pas faire les autres, elle intervient pour ses objectifs.
2. Passif : la personne subit la situation, elle laisse faire les autres.

Ces deux catégories nous donnent huit personnalités extrêmes.

<b>SOURCE/ MODE</b>	<b>INDEPENDANTE</b>	<b>DEPENDANTE</b>	<b>AMBIVALENTE</b>	<b>DETACHEE</b>
<b>ACTIF</b>	<b>AGRESSIF</b>	<b>HYSTERIQUE</b>	<b>NEGATIVISTE</b>	<b>EVITANT</b>
<b>PASSIF</b>	<b>NARCISSIQUE</b>	<b>SOU MIS</b>	<b>OBSSESSIONNEL</b>	<b>ASOCIAL</b>

## Annexe 4

### Fiche de présentation des différents profils de personnalité suivant la classification de Millon

#### 1. Personnalité Hystérique

« *Les autres doivent être heureux et je dois leur plaire* »

##### **Hypertonique.**

##### **Défaillance**

Se perçoit comme dépendante.

- Cherche la reconnaissance chez l'autre.
- Se perçoit comme sachant plaire.
- A besoin de la gratification de l'autre.
- Gentillesse.
- Dénier de ses propres frustrations, ce qui peut évoluer vers une désensibilisation.
- Difficulté de tirer les bénéfices de ses actions.
- Personnalité très émotive.
- Expressions très théâtrales.
- Difficulté du rapport au silence.
- Fuit la profondeur.

#### 2. Personnalité Soumise

« *Les autres sont mieux que moi. Je ne vaudrais rien* »

##### **Hypotonique**

##### **Défaillance**

Se perçoit comme dépendante.

- Surestime la valeur de l'autre.
- Perd sa valeur intrinsèque.

- Se dévalorise.
- Se perçoit comme incompetent, incapable de prendre des décisions, de s'affirmer, d'exister (il s'auto dévalorise, se déprécie).
- Doute de ce qu'il pense.
- Besoin d'être pris en charge, de ne pas choisir, subit.
- Incapable de ne pas être d'accord avec l'autre.
- Ne se sent pas à la hauteur des événements ou des autres.
- Difficulté de passer à l'action pour lui-même.
- Souvent dans la plainte, mal dans sa peau mais ce n'est pas grave.

### **3. Personnalité Agressive**

*« Je vau mieux que les autres. Je n'ai besoin de personne. Si ça ne va pas c'est de la faute aux autres »*

#### **Hypertonique**

##### **Défaillance**

Se perçoit comme indépendante.

- Tendance à se déresponsabiliser de ses actes.
- Crée des systèmes de pression sur les autres soit exprimés, soit par mutisme.
- Crée ses projets contre l'autre (personne ou société).
- Ne valide pas la place de l'autre sauf quand il est identique à ses principes ou ses actes.
- Déni de l'autre, des tuteurs.
- Utilise la pression et l'agressivité pour s'affirmer.
- Le conflit le constitue.
- Lui seul à droit de se tromper.
- Déni de la douceur.

### **4. Personnalité Narcissique**

*« Je suis mon propre chef, je décide par moi-même. Je vau mieux que les autres. »*

#### **Hypotonique**

##### **Défaillance**

Se perçoit comme indépendant.

- Se perçoit comme spécial, unique.
- Egocentré.
- Expansif.
- Ne change pas son point de vue car persuadé qu'il a raison.
- Trouve toujours le côté positif de son action (ce sont les autres qui ne comprennent pas !).
- Evite la confrontation car ne veut pas qu'un événement dérange ses valeurs qu'il estime hors du commun.
- Réagit quand on l'attaque.
- Ne se remet pas ou peu en question car n'a pas de doute en à sa supériorité.
- A peu d'empathie.
- Vient rarement demander de l'aide.
- L'autre n'a que peu de valeur, sauf s'il satisfait ses besoins.
- Emotionnel mis à distance, maîtrisé.
- Peur absolue de ne pas être pris au sérieux.
- Etat de mal être à cause des autres.

## **5. Personnalité Obsessionnelle**

*« Je ne dois pas me tromper. Tout doit être parfait. Tout le monde doit être content. Je sais ce qui est juste. »*

### **Hypertonique**

#### **Défaillance**

Se perçoit comme ambivalent.

- Conflit : n'arrive pas à faire le choix entre son idéal et celui des autres, tiraillement constant entre ce qu'il croit que les autres demandent et sa capacité.
- Se sent responsable des autres et de lui-même.
- Ne se donne pas le droit à l'erreur et ne compte que sur lui-même.
- Très prévenant : image de soi à défendre.
- Ne délègue pas.
- Rigidité de pensée.

- Forme d'entêtement.
- Se doit de tout faire (trop).
- Obstination par rapport à ses valeurs qui peuvent être d'ordre morales, légales, ou collectives.
- Idéal présent constamment.
- Doute beaucoup : pourrait être plus parfait.
- Souci de contrôler ses actes, ses pensées et surtout ses émotions.
- Redoute les émotions.
- Souci d'être conforme.
- Sous pression constante.
- Subit la réalité : fait d'être incapable d'être parfait.
- Culpabilité de ne pas y arriver

## **6. Personnalité Négativiste**

*« Je l'aime mais il m'empêche d'exister ! »*

### **Hyper ou hypotonique**

#### **Défaillance**

Se perçoit comme ambivalente.

- Se perçoit souvent comme dépendante affectivement et essaye de s'en libérer.
- Construit puis démolit
- Détruit l'autre, ce peut être le conjoint comme un groupe social, mais détruit également l'image qu'il a de lui-même.
- Vit ses émotions de manière forte.
- A une représentation idéale de la relation, amoureuse ou sociale.
- L'impossibilité d'atteindre cette perfection relationnelle entraîne la négation de l'autre et de lui-même.

## **7. Personnalité Evitant**

*« Je ne peux faire confiance ni en moi ni en les autres. »*

### **Hypotonique**

#### **Défaillance**

Se perçoit sans renforcement

- Evite toute confrontations.
- Peur de l'inconnu, de tout ce qui peut arriver.
- Se déprécie.
- Ne trouve ni en elle-même, ni en les autres un soutien.
- Est peu capable de s'exposer.
- Prend peu d'engagement, peu de responsabilité.
- Sa peur de la relation l'isole.
- Pas de confiance ni en elle-même ni en les autres.
- Coupée de son affectivité.
- Hyper sensitif, très vite touché, réagit plus intensément que la normale.
- Souffre souvent de tensions et d'angoisses difficilement identifiables pour lui.
- Le monde, y compris elle-même, est étrange : anxiété, se sent bizarre.
- Parle dans le vague, phrases inachevées, reste dans l'implicite.
- Ne s'engage pas dans la vie.

## **8. Personnalité Asociale**

*« Ni moi, ni les autres n'ont de l'importance »*

### **Hypotonique**

#### **Défaillance**

Se perçoit sans renforcement.

- Ne sait pas tenir une motivation.
- Ne se reconnaît pas dans cette société.
- Reste à l'écart.
- Rien n'est important.
- Pas d'effort.
- Pauvreté d'action, d'expression, de mouvement.
- Manque d'intérêt pour lui-même et pour les autres.
- Distant.
- Répond rarement aux demandes extérieures.
- Toute proposition s'inscrivant dans la durée est difficile pour lui.

- La moindre difficulté est un obstacle, tout glisse, les choses ne tiennent pas.
- La persévérance est pratiquement inconnue de lui.
- Inertie autant physique que cognitive.
- Seul intérêt : besoins primaires.
- Il se perçoit pourtant comme quelqu'un qui va bien.



## Annexe 5

### Le codifié des personnages du Sensible



1. Posture de départ fente avant, bras le long du corps.



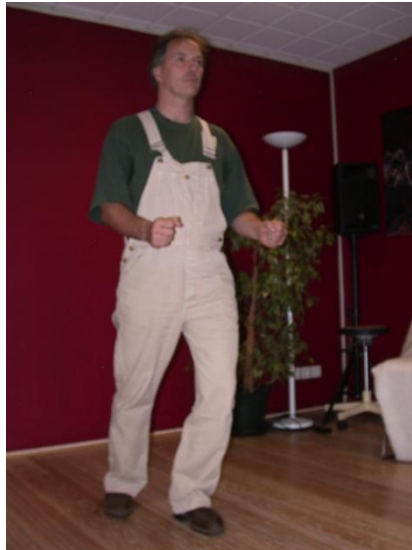
2. Mouvement de base arrière, circularité antérieure (convergence). Fente arrière, les bras partent en même temps dans un mouvement de rassemblement, les avants bras remontent et les mains se rejoignent au niveau du cœur. Les omoplates se relâchent. Point d'appui.



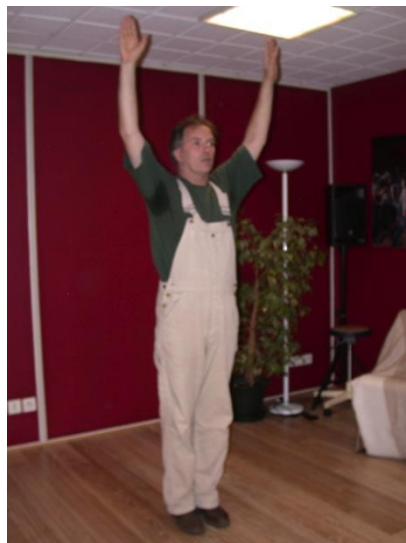
3. Mouvement de base avant, circularité postérieure (divergence). La fente avant se dessine : Le sternum avance et les bras s'ouvrent symétriquement en diagonale basse tandis que les avant-bras font une supination : extension. Point d'appui.



4. Mouvement de base arrière sans circularité antérieure du tronc. Les avant-bras reculent coudes pliés, les mains se retrouvent paumes vers l'avant. La tête effectue une rotation vers la gauche. Point d'appui.



5. Mouvement de base avant sans circularité. Les avant-bras se glissent vers l'avant, les poings se ferment, toniques, vers l'avant. Point d'appui.



6. Mouvement de base avant, les bras s'engagent vers l'avant et montent en entraînant tout le corps. Déplacement du pied pour se retrouver pieds joints. Mouvement de base haut.



7. Les bras redescendent en un grand cercle de chaque côté du corps. On garde l'intention haute de la colonne vertébrale. Point d'appui.



8. Mouvement de base vers le bas. Avancée des genoux. Légère flexion du tronc. Point d'appui.

© Photos : Catherine Piétremont

## Annexe 6 Analyse par thèmes

EXTRAITS DU VERBATIM	THEMATISATION	CHAMPS
<p><i>C'est à ce stage que j'ai eu la sensation de naître une première fois, à dix neuf ans. C'est par mon corps que je suis né ou plutôt par ce qui animait mon corps. Une sensation de liberté créatrice, de joie de me sentir bouger sans retenue, avec puissance et légèreté à la fois, lors de propositions d'improvisations théâtrales. Le soir, courbaturé, le corps repu de mouvements physiques intenses, je m'écroulais dans le dortoir du centre de formation artistique de Neufchâteau en Belgique. Je découvrais, émerveillé, l'approche Grotowskienne, basée sur le corps, dispensée par Ali Mebirouk, ancien membre du Plan K, directeur et fondateur du Théâtre de Banlieue à Bruxelles, troupe avec laquelle j'ai travaillé pendant six ans. (62-70).</i></p>	<p>Le corps vécu comme lieu non-volontaire</p>	<p>THEATRE</p>
<p><i>Je sus profondément, à ce moment là, que mon chemin de création passerait par le corps, le corps en jeu ; jeu de théâtre bien sûr mais également mise en acte de ma vie au travers de mon corps. D'où m'est venue cette sensation d'évidence ? J'étais quelqu'un de secret, pas par volonté de cacher quelque chose, mais plus par difficulté à accéder à ma propre profondeur, mes propres motivations, mes propres intentions. Tandis qu'au travers de cette expérience du corps expressif, je trouvais un nouveau moyen de communication plus sincère, plus vrai, plus entier. Mon corps avait sa parole et celle-ci me racontait, c'est comme si je pouvais percevoir des informations nouvelles</i></p>	<p>Le corps vécu comme lieu d'authenticité</p>	

<p><i>dans mon corps s'exprimant par le biais du mouvement. Ces sensations rencontrées au cours du stage ont continuées à se déployées, car après cette rencontre je me suis engagé dans la voie professionnelle de l'acteur. (71-80).</i></p>		
<p><i>Pendant cette période de collaboration avec le Théâtre de Banlieue, j'ai rencontré Ludwig Flaschen, dramaturge et collaborateur de Jerzy Grotowski, et ai travaillé avec lui pendant six mois. Cet homme, petit, à la corpulence massive et ramassée, pouvait, en une fraction de seconde, se transformer en zébulon, sautant avec légèreté et puissance à travers toute la salle de travail. Aujourd'hui, en me remémorant ces moments de travail, je peux observer que dans sa direction du groupe d'acteur que nous étions, il choisissait toujours précisément les moments où il fallait relancer la dynamique de mouvement du groupe pour le pousser plus loin, les moments où il fallait arrêter et travailler individuellement les textes pour pénétrer plus en profondeur en chacun d'entre nous. Cet homme avait des repères, il savait lire dans nos corps les signes qui allaient permettre une création plus authentique. (82-91).</i></p>	<p>Le corps vécu comme lieu porteur de repères</p>	
<p><i>J'avais le sentiment de me méconnaître avant cette expérience, d'être dans un brouillard, dans une confusion d'existence. J'ai couru, sauté, gesticulé dans toutes les orientations possibles jusqu'à épuisement, et là, dans un lâcher prise, lorsque ma pensée capitulait, lorsque ma volition abdiquait, j'accédais à une part de moi nouvelle, non décidée, organique, c'est-à-dire en amont de la pensée et pourtant extrêmement lucide. (101-105).</i></p>	<p>Le corps vécu comme lieu organique</p>	

<p><i>Après trois années de spectacles avec le Théâtre de Banlieue (1984), j'ai rencontré, lors d'une tournée en Italie, au festival de Trévignano, deux acteurs emblématiques de l'Odin Théâtre, compagnie danoise fondée par Eugénio Barba : Torgeir Wethal et Ibn Nagel Rasmussen. Ceux-ci proposaient des ateliers de rencontre autour de leurs pratiques et de leurs recherches. C'est avec eux que j'ai rencontré pour la première fois un codifié expressif. Qu'est ce qu'un codifié ? C'est une structure chorégraphiée, un enchaînement de gestes précis qu'il faut dans un premier temps apprendre, mémoriser pour pouvoir ensuite le répéter et l'intégrer. " Intégrer " signifie pouvoir reproduire l'enchaînement sans être préoccupé par le souvenir de la forme. Lors de ce stage court, j'ai eu le temps de sentir que la précision, la contrainte même de la forme chorégraphiée m'a permise de sortir d'habitudes gestuelles acquises aux cours de ces trois premières années de travail. En effet, cette chorégraphie proposait des combinaisons, des coordinations et des associations de mouvements nouveaux m'obligeant à explorer des orientations ou des amplitudes qui ne m'étaient pas familières. De plus, cette structure gestuelle était rassurante. En effet, avant de commencer mes échauffements, combien de fois me suis-je demandé par quoi j'allais débiter, comment j'allais m'y prendre ; ce codifié m'amenait rapidement à me préparer globalement c'est-à-dire physiquement, émotionnellement et psychologiquement. (117-133).</i></p>	<p>Le corps vécu comme lieu organisé</p>	
<p><i>Pourtant, Barba avait fondé l'anthropologie théâtrale, une discipline qui cherchait à</i></p>	<p>Le corps vécu comme lieu porteur</p>	

<p><i>repérer les éléments qui vont construire la présence dans le geste de l'acteur en observant tous les arts de représentation dans le monde. Il en avait retiré des " principes-qui-reviennent " selon ses mots, des lois qui, si l'acteur les applique, vont l'aider à rencontrer une qualité de présence plus grande. Celles-ci sont par exemple : l'équilibre de luxe, les sats (sauts d'énergie dans le corps de l'acteur), la loi d'opposition, la loi d'omission, etc. Prenons l'exemple de la loi de l'équilibre de luxe. Barba observait qu'un regain de présence venait quand il y avait une altération de l'équilibre quotidien de l'acteur, celui-ci devait produire un effort attentionnel plus grand pour s'y maintenir. Il développait des stratégies toniques et musculaires pour réaliser l'effort demandé par ce changement, toutes ces modifications attiraient le regard du spectateur. Celui-ci sentait qu'il allait se passer quelque chose grâce à la tension générée par l'effort de l'acteur. (162-173).</i></p>	<p>d'invariants</p>	
<p><i>C'est avec lui que j'ai découvert le travail masqué, clownesque et la création de personnage. Cet homme était plus un visionnaire qu'un pédagogue, son point de vue était que l'acteur devait rencontrer sa dimension divine lui permettant de dominer sa psychologie. Toutes ses propositions d'entraînement de l'acteur se faisaient en musique et demandaient une puissance physique, une disponibilité et une adaptation constante des mouvements car il fallait épouser les moindres inflexions musicales et les traduire en gestes théâtraux ; en d'autres termes, il ne s'agissait pas seulement de bouger ou de danser, il fallait que ces mouvements prennent sens à la fois pour l'acteur et pour le</i></p>	<p>Le corps vécu comme lieu non psychologique</p>	



<p><i>spectateur, qu'ils aient un sens expressif. Par exemple, ces exercices se nommaient : " La création de la musique ", " Le mouvement impersonnel ", " Le roi des singes ". (212-222).</i></p>		
<p><i>La voie de passage fut trouvée grâce aux formes clownesques et celles masquées de la Commedia dell'Arte qui, en étant moins contraignantes qu'un texte d'un personnage (peut-être était-ce là une autre raison à ma difficulté), permettaient de rencontrer néanmoins des archétypes de comportement comme peuvent l'être Arlequin, Polichinelle, Pantalon, Matamore, Capitan, etc. (247-252).</i></p>	<p>Le corps vécu comme lieu porteur d'archétypes</p>	
<p><i>C'était aussi ma première expérience positive dans un personnage, pas encore dans une interprétation d'un texte théâtral mais d'un personnage clownesque. Le personnage clownesque me demandait de respecter une forme mais offrait une liberté de composition grâce à l'improvisation. (292-295).</i></p>	<p>Le corps comme lieu d'entrelacement entre structure et liberté</p>	
<p><i>La deuxième séance de travail s'est déroulée au moment où nous abordions le spectacle « Ivanov » de Tchekhov. Ce spectacle, joué une première fois à la Cité Universitaire à Paris, avait subi des changements dans l'équipe. En vue d'une reprise à Marseille, la distribution des rôles avait été renouvelée et je m'étais retrouvé avec la possibilité de pouvoir interpréter un rôle plus conséquent que celui que j'avais dans la première distribution. Lorsqu'il y a distribution, chez Hottier, plusieurs acteurs peuvent</i></p>	<p>Le corps vécu comme lieu d'interprétation</p>	

*s'essayer à un rôle jusqu'à ce que le meilleur gagne, situation pour le moins stressante. Le personnage en question était « Lvov », un médecin s'occupant de la femme d'Ivanov, malade de pneumonie, pendant que celui-ci sortait avec la jeune Sacha. Il est la conscience culpabilisante d'Ivanov, il est juste et droit et ne comprend pas les marivaudages de celui-ci alors qu'Anna Petrovna, sa femme, est mourante. Après deux essais peu probants, c'est à la troisième tentative que la rencontre entre le personnage et moi se fit. J'étais à genoux, derrière l'acteur interprétant Ivanov, lui aussi au sol. J'en avais assez de dire mon texte sans arriver à rien de satisfaisant et je sentais que j'allais perdre le rôle. En effet, étant stressé par la situation d'audition, voulant réussir, j'étais en " sur jeu " ce qui signifie que l'on force l'expression et les émotions, rendant ainsi le jeu moins authentique. Pensant avoir déjà perdu, je me dis que j'allais juste lire le texte sans trop en faire. Je lus, plus calmement et plus lentement que d'habitude, et la musique des mots, les intonations et les silences, vinrent à moi. Je n'ai pas fait d'effort et doucement le personnage apparut. Je trouvai le ton pour dire à Ivanov comment il devait faire pour être présent à sa femme, le ton de quelqu'un qui veut bien faire et faire le bien, de quelqu'un qui malgré lui culpabilise l'autre à mort, de quelqu'un d'horrible pour un regard extérieur mais qui se vit comme un saint. A cet instant précis, je ne jugeais pas ce personnage, je ne le caricaturais pas, j'en faisais l'expérience. C'est-à-dire que j'étais le personnage, je parlais, je bougeais, je réagissais à mon partenaire sur le plateau et, de manière simultanée, je me voyais parler, bouger et réagir à Ivanov. Je me sentais être le personnage tout en restant moi-*

<p><i>même. J'étais le cavalier et le cheval en même temps. Plusieurs fois, j'eus à réprimer un fou rire nerveux pendant ce moment de travail. Celui-ci n'était pas dû au stress, ni à la joie de sentir que je 'tenais' le personnage, mais bien à la sensation, assez étrange, que je me voyais faire en même temps que je faisais.(296-324).</i></p>		
<p><i>Un autre élément me posait question : j'arrivais à une sorte de saturation du travail physique. Une pratique communément admise dans le monde théâtral est celle du second souffle ; celui-ci advient à un moment d'épuisement physique de l'acteur et provoque un lâcher-prise lui permettant d'accéder à une créativité plus grande. Mais pour moi, travaillant physiquement depuis longtemps, j'accédais à de l'endurance et le moment du second souffle s'éloignait de plus en plus. Mes muscles se durcissaient alors que les quatre moments de présence à moi cités plus haut l'ont été dans un relâchement et une simplicité, dans une douceur et une sensation d'évidence données par l'absence d'effort physique. Il y avait là un manque de cohérence qui m'a incité à chercher d'autres approches, d'autres manières de faire. (402-410).</i></p>	<p>Le corps vécu comme lieu d'expériences paradoxales (intensité physique du training-relâchement dans la présence)</p>	

<p><i>En effet, cette expérience première du mouvement interne et donc du Sensible, était trop grande, trop intense, trop différente, étrangère même, pour ne pas dire étrange. A cette époque il n'y avait pas de technique d'entretien verbal particulier après une telle expérience qualifiée d'« extra quotidienne » (Bois, 2007). Personnellement, j'ai enfoui cette expérience en moi, je ne l'ai plus questionnée, ne sachant d'ailleurs comment le faire. Je crois que j'aurais eu besoin d'aide à ce moment-là. (589-594).</i></p>	<p>Le corps vécu comme lieu d'expérience fondatrice</p>	<p>SENSIBLE</p>
<p><i>C'est de cette interaction entre pédagogie et processus de création autour du paradigme du Sensible qu'est née progressivement la notion d'« Expressivité du Sensible». Celle-ci naît du rapport qualitatif que la personne entretient avec son expression mais aussi de l'expression spécifique naissant de ce rapport singulier au Sensible. (624-627).</i></p>	<p>Le corps vécu comme lieu d'expressivité</p>	
<p><i>Comme préparation sensible nous utilisons des exercices d'introspection, de relation d'aide manuelle à deux assis et debout et de mouvement libre et lent dans l'espace, tandis que l'après-midi nous faisons des improvisations en utilisant les formes clownesques, masquées, en travaillant les émotions avec des dynamiques physiques plus rapides. (686-689).</i></p>	<p>Le corps vécu comme lieu d'intelligence</p>	
<p><i>Ces mouvements de base sont des mouvements linéaires entraînant toutes les parties du corps dans une même orientation, à la même vitesse et à la même amplitude</i></p>	<p>Le corps vécu comme lieu porteur d'une architecture interne, perceptive</p>	

<p><i>(Bourhis, 2005) Ils sont nés de l'observation du mouvement interne comme vecteur de la vitalité de la personne venant s'organiser dans un corps relâché en mouvement. Ces mouvements de base font partie de l'organisation physiologique du geste. (702-706).</i></p>		
<p><i>Le stagiaire doit alors entraîner son attention perceptive pour saisir ces informations internes. Ce travail d'attention perceptive provoque et oblige le stagiaire à être plus présent à lui-même, effet que j'avais expérimenté pour moi-même. (709-712).</i></p>	<p>Le corps vécu comme lieu de présence à soi</p>	
<p><i>L'autre élément qui a permis d'enrichir l'approche gestuelle est la notion d'« angle mort » (Berger, 2004), c'est-à-dire l'ensemble des zones absentes à la conscience de la personne lors de la réalisation d'un mouvement. (720-722).</i></p>	<p>Le corps vécu comme lieu porteur d'imperçus et de perçus</p>	

<p><i>La classification des traits et troubles de la personnalité utilisée par le professeur Baro s'inscrit dans le champ de la psychologie de la personnalité, et plus spécifiquement dans les théories des dispositions. Celles-ci postulent que les individus possèdent des prédispositions (traits) à répondre d'une certaine manière dans des situations diverses et que chaque personne est unique en fonction de ses traits de personnalité. Ces théories s'appuient sur les travaux d'Allport (1961) et de T. Millon (2010). Il y a huit profils de personnalité – agressif, narcissique, hystérique, soumis, obsessionnel, négativiste, asocial et évitant – classés suivant deux critères : la source et le mode de renforcement. La source d'affirmation de soi est le lieu où l'on apprend à répéter ou non un certain comportement, où l'on apprend à répéter un comportement souhaité et à éviter ceux mal adapté. Le mode de renforcement est la manière dont la personne tente d'obtenir cette affirmation de soi (pour la description de ces profils voir les annexes 1 et 2). (841-852).</i></p>	<p>La personnalité : une structure organisée physiquement et psychologiquement</p>	<p>PERSONNALITÉ</p>
--	--	---------------------

<p><i>Le corps Sensible (Bois, 2006b), dont parle Duprat, fait partie des différents statuts du corps mis à jour par Bois. Le corps objet, " j'ai un corps ", est un corps utilitaire, un corps machine où la personne sait qu'elle a un corps mais n'est pas touchée par ce dernier. Le corps sujet, " j'habite mon corps ", impliquant un acte de perception plus élaboré, est un corps ressenti devenant lieu d'expression de soi à travers des perceptions internes où la personne sent que c'est son corps et qu'elle est concernée et touchée par ce qu'elle vit. Le corps Sensible, " j'apprends de mon corps ", est un corps devenant une caisse de résonance de l'expérience, il est capable de recevoir l'expérience et de la renvoyer au sujet qui la vit, la personne s'aperçoit au sein de son expérience et la déploie en une nouvelle connaissance. Le corps Sensible devient la source d'une nouvelle expérience de soi mais également le lieu, au sens d'une place, d'un endroit que l'on peut retrouver, permettant un déploiement de sens nouveau pour la personne. (921-932).</i></p>	<p>Le corps vécu comme porteur d'un sujet Sensible</p>	<p style="text-align: center;">SENSIBLE</p>
<p><i>La notion de posture archétypale est importante à développer ici. De même qu'en Commedia dell'Arte, chaque masque est considéré comme un archétype du fonctionnement humain, je pouvais constater que chacune des postures orientait la personne vers un univers psychologique spécifique. Je ne développe pas cette notion d'archétype au sens jungien du terme, c'est-à-dire comme un symbole primitif et universel de l'inconscient collectif, mais bien comme un type primitif et original servant de modèle à un développement expressif. En Commedia dell'Arte, le masque</i></p>	<p>Le corps vécu comme lieu porteur de postures signifiantes</p>	

<p><i>d'Arlequin, quelle que soit la personne créant le masque, aura toujours des sourcils levés, des pommettes rebondies, un nez, plutôt retroussé. Malgré cette constante de la forme, lors de l'interprétation, plusieurs acteurs travaillant sur le même masque auront des dynamiques singulières mais l'on retrouvera un fond commun dans leurs jeu : une curiosité, un esprit débrouillard et créatif dans toute situation, une envie de croquer la vie. Cette dynamique sera complètement à l'opposé avec un masque de Pantalon. Je pouvais constater un effet similaire sur les postures et les mouvements de base qu'interprétaient les stagiaires en expressivité dans les formations de la Compagnie du Passeur. (1084-1098).</i></p>		
<p><i>Cet outil s'est construit autour d'une séquence du mouvement codifié crée par Bois, le biorythme sensoriel<sup>56</sup> (Bourhis, 2005). Cette séquence, se construisant autour d'une alternance de mouvements de convergence et de divergence, me semblait toute indiquée pour organiser ce qui, en moi, était présent de manière éparse. Pourquoi cette partie-là spécifiquement ? J'avais pu observer qu'en général, lorsque les stagiaires</i></p>	<p>Le corps vécu comme lieu porteur de schèmes cohérents</p>	

<sup>56</sup> Le biorythme est une rythmicité fondamentale que l'on distingue au sein du mouvement interne, il permet une adaptation posturale au cours du déroulement du geste et est l'horloge interne servant de starter à toute impulsion cinétique.



<p><i>interprétaient des " personnages ", les postures que leurs corps prenaient tournaient autour de schèmes associatifs de mouvement, principalement ceux de convergence et de divergence<sup>57</sup>. Parmi ceux-ci, ceux de postériorité<sup>58</sup> et d'antériorité<sup>59</sup> revenaient le plus souvent. S'ils jouaient, par exemple, un personnage ayant des caractéristiques de curiosité, de spontanéité, chaleureux, ils avaient tendance à adopter un schème d'antériorité, c'est-à-dire divergent. En revanche, s'ils travaillaient un personnage ayant des caractéristiques plus craintives, plus intériorisé, passif, c'est vers le schème de postériorité qu'ils se dirigeaient, celui-ci étant convergent. (1132-1143).</i></p>		
---	--	--

---

<sup>57</sup> Les schèmes associatifs de mouvement sont des ensembles cohérents de mouvement s'organisant dans un respect de la physiologie du corps, ce dernier étant relâché. « On donne comme appellation à un schème le nom du mouvement linéaire qui correspond à l'orientation intentionnelle du schème et qui lui sert de starter. Parmi les schèmes associatifs, on distingue des schèmes de convergence, qui concentrent les mouvements vers le corps, et des schèmes de divergence, qui tendent à mettre le corps en ouverture » (Bourhis, 2005. p.34)

<sup>58</sup> *Schèmes de postériorité* : postériorité, verticalité basse, circularité antérieure du tronc, rotation interne des membres supérieurs et inférieurs, pronation des avant-bras, expiration.

<sup>59</sup> *Schèmes d'antériorité* : antériorité, verticalité haute, circularité postérieure du tronc, rotation externe des membres supérieurs et inférieurs, supination des avant-bras, inspiration.



# **EPILOGUE**



Public,  
Je t'ai instruit, je t'ai fait rire  
Tel vivant, tel après la mort  
Je fis bien, mal ; j'eus raison, tort  
On dira ce qu'on voudra dire  
Je m'en moquerai dans mon fort  
Théâtre adieux, scène trompeuse je pars  
Pour ne plus m'ériger et m'orner en vous  
Telle la foudre je pars  
Je laisse de la Gaule les beaux confins  
Et vous, théâtres semés d'étoiles,  
Votre pompeuse grandeur  
Adieu passant, je me retire  
C'est trop babiller pour un mort.

Vito Pandolfi  
*La Commedia dell'Arte. Storia e testi*  
(Pezin, 2003, p. 333).