

Université Moderne Lisbonne

MAESTRADO  
EN PSYCHOPÉDAGOGIE PERCEPTIVE

La psychopédagogie perceptive :  
Itinéraire et accompagnement performatif du naître à son advenir :  
Acte Total au sensible  
Pour une maïeutique du sensible

Directeur de recherche : Jeanne Marie RUGIRA

*Nathalie BOIS*

Décembre 2007

## Remerciements

*A mon père, Danis BOIS, à ta présence dans le visible et l'invisible, à tout ce qui nous unit, à tes points d'appui qui m'ont fait grandir et advenir, à l'amour que je te porte, Merci*

*Vincent, du plus beau de mon cœur, je te remercie pour la qualité de relation, ton écoute et les heures enflammées du jaillissement de la pensée sensible que nous partageons. Tu as été mon rocher dans la traversée de ce travail; Ta présence active et aimante en ont permis le déploiement et la naissance. Dans la vraie rencontre, l'inespéré a lieu. Merci.*

*A ma famille, ma mère et Jacques, pour leur aide et leur soutien si précieux à ma vie, au lien d'amour qui nous relit.*

*A Romain, mon fils et Michel*

*Je remercie Jeanne-Marie Rugira pour son accompagnement, son écoute sensible, ses heures d'échanges, comme autant de pierre de gué, qui m'ont ouvert la voie.*

*A Hélène, pour sa bienveillance active.*

*A Maria Leao, artiste du sensible.*

*A Marc Humpich, sa pertinence et sa rigueur scientifique*

*Je remercie mes pairs et amis en formation et l'ensemble de l'équipe du CERAP pour leur aide et leur concours.*

# Sommaire

Remerciement	P.2
Sommaire	P.3
<b>Chapitre 1 : Problématique</b>	<b>P.7</b>
1.1 Pertinence personnelle	P.8
1.2 Pertinence professionnelle	P.9
1.3 Pertinence sociale	P.12
1.4 Pertinence scientifique	P.13
1.5 Problème de recherche	P.16
1.6 Question de recherche	P.17
1.7 Objectifs de recherche	P.17
1.8 Terrain de recherche	P.17
<b>Chapitre 2 : Cadre théorique</b>	<b>P.21</b>
<b>2.1 La question du sensible</b>	
2.1.1 L'émergence du sensible	P.23
2.1.2 Le paradigme du sensible en spp : une pédagogie de l'intime	P.26
<b>2.2 La question de l'enrichissement perceptif</b>	<b>P.28</b>
2.2.1 La subjectivité	P.28
2.2.2 Le rapport au corps	P.29
2.2.2.1 Corps objet	P.31
2.2.2.2 Corps sujet	P.31
2.2.2.3 Corps sensible	P.32
2.2.3 Attention et Attentionnalité	P.32
2.2.4 La neutralité active	P.36
2.2.5 La présence	P.37
<b>2.3 La temporalité du sensible</b>	<b>P.38</b>
2.3.1 L'immédiateté	P.38
2.3.1.1 l'immédiateté créatrice	P.39
2.3.2 Le rapport au silence	P.41
2.3.3 Le rapport à l'éprouvé	P.43
2.3.4 La potentialité	P.45
2.3.5 L'advenir	P.49
<b>2.4 La posture pédagogique</b>	<b>P.49</b>
2.4.1 L'accompagnement	P.50
2.4.2 La réciprocité actuante et l'empathie	P.53

2.4.3 La directivité informative	P.56
2.4.4 Le point d'appui	P.58
2.5 La question de la création de l'être dans l'art	P.59
2.5.1 L'apport de l'art comme recreation	P.59
2.5.2 L'apport de l'art therapie	P.60
2.5.3 L'art therapie performative	P.62
2.5.4 L'organicité	P.64
2.5.5 La pré expressivité	P.66
2.5.5.1 La pré expressivité chez Barba	P.66
2.5.5.2 Entraîner la pré expressivité	P.67
2.5.5.3 Sats	P.67
2.5.6 Conclusion	P.69
2.6 La création de l'être un accouchement à sa vie	P.70
2.6.1 Naissance et passage	P.71
2.6.2 L'éclosion d'une gestation	P.71
2.6.3 Naissance : un advenir et devenir	P.72
2.7 Retour réflexif et discussion ouverte à l'issu du cadre théorique	P.73

### **Chapitre 3 : Le cadre pratique**

3.1 Les condition d'expérience du sensible	P.77
3.1.1 L'accompagnement manuel à médiation du mouvement interne	P.78
3.1.2 La pédagogie gestuelle	P.80
3.1.2.1 La gymnastique sensorielle au cœur de l'accompagnement gestuelle	P.81
3.1.3 L'expressivité libre quand le corps naît à sa forme	P.82
3.1.3.1 Les qualités sollicitées en expressivité libre dans le lieu du sensible	P.84
3.1.3.1.2 La neutralité active	P.84
3.1.3.1.2.2 La donnée empathique	P.84
3.1.4 L'acte total de médiation, Le pédagogue performer garant de l'accès à l'expérience	P.87
3.1.5 Les Intérêts de l'expérience du sensible dans son évolutivité et les niveaux de sollicitations à la transformation associés	P.88
3.1.6 L'introspection sensorielle	P.91
3.1.7 L'accompagnement verbal à médiation corporelle la dynamique verbale ou explicitation en post-immédiateté	P.92

### **3.2 Cadre épistémologique et méthodologique**

3.2.1 Posture épistémologique	P.94
3.2.1.1 Posture du praticien-chercheur.	P.94
3.2.2 Méthodologie d'investigation phénoménologique	P.96
3.2.3 Paradigme compréhensif et interprétatif	P.96
3.2.4 Méthode de recherche heuristique	P.97
3.2.5 Posture herméneutique dans l'analyse qualitative	P.98
3.2.6 La méthode de recueil de données	P.99

3.2.6.1 Journal d'itinérance et journal de pratique	P.99
3.2.7 La méthode d'analyse de données.	P.101
3.2.7.1 La catégorisation	P.102
3.2.7.2 La modélisation	P.102
<b>4.1 : Analyse et interprétation des données</b>	<b>P.104</b>
4.1 Analyse Classificatoire	P.104
4.1.1 Mon corps me parle de ma vie : Classification les enjeux cognitifs, psychologiques et comportementaux du geste objectif.	P.105
4.2 Trajet personnel et « pierre de gué » du naître à son advenir dans le lieu du sensible	P.112
4.2.1 Début de l'itinéraire de ma naissance au lieu du sensible : les 3 étapes du processus à la lumière de mon expérience	P.115
4.2.2 Les trois étapes constitutives de la naissance au lieu du sensible	P.124
4.3 La marche pour chemin.... A la croisée de mes trajets, la rencontre de la Totalité.....	P.128
<b>5 : Conclusion et discussion</b>	<b>P.135</b>
<b>Bibliographie</b>	<b>P.140</b>
<b>Annexes</b>	<b>P.146</b>



## Chapitre 1 : Problématique

Alors que je démarre ce travail d'écriture je regarde, éparses, mes notes, mes citations, mes écrits. Dans une prise de conscience me viens que le plus gros de ce travail ne tient pas dans toute cette somme de mots et de concepts. Je suis ce travail, je suis tout cela. j'ai envie de dire avec Carl Gustave Jung (1961) : « *Le sens de mon existence est que la vie me pose une question ou inversement, je suis moi-même une question posée au monde et je dois fournir ma réponse sinon je suis réduit à la réponse que me donnera le monde* »..

Le thème centrale de cette recherche et le naître à son advenir, mais pour qu'il y est un advenir encore faut il naître. Pour ma part naître fut un enjeu de vie et de mort. Naître.... Cette problématique me fut posée alors même que j'étais encore dans le passage entre deux vies...mais bien plus que cela, mes parents me prénomèrent Nathalie... « La natalité.. »

Aujourd'hui dans le cadre de ce travail, je me vis comme une accoucheuse de moi-même et si je parle de naître à son advenir, il est un fait que cela dépasse à proprement parler la natalité au sens propre du terme; accoucheuse de moi-même, et du vivant, permettant par l'accompagnement que je propose à chacun de mes patients qu'il advienne à son advenir....

Ainsi donc lors de ces deux années passées, j'ai travaillé sur moi, cette question, cette question que je porte et qu'il m'est aujourd'hui possible de venir présenter devant mes pairs : « En quoi et comment un enrichissement perceptif du rapport au sensible ouvre la voie au naître à son advenir »

### 1.1 Pertinence personnelle

Si ma naissance fut un enjeu, l'acte de mettre au monde, si je relis mon trajet, est ce qui me fonde, dans l'instant, me reviennent ces marches dans les contrées désertiques du sahel, à la rencontre des peuls, que j'effectuais alors auprès de Oumou sage femme traditionnelle que j'accompagnais et assistais dans son travail. Ces marches, cet état d'ouverture et d'accueil à ce qui allait advenir. Me reviennent aussi ces rites avant et pendant l'accouchement, ce temps de femmes pour les femmes, ce sable que l'on faisait passer d'une main à l'autre sans jamais s'arrêter pendant l'acte pour que rien ne soit coupé jamais, les parfums des huiles et des onguents que préparait Oumou, les odeurs de la case, la sueur, la danse de la douleur et le cri au dessus du cri, la voix de la vie qui s'annonce et puis ce placenta, cet ami que l'on allait enterrer... « On marche mal sur le vide » disait Antoine de Saint Exupery, il faut des rites....

Ces marches vers ces vies à advenir ont rempli deux ans de mon existence de doctorante en anthropologie à l'université de Bordeaux II où j'effectuais mes recherches.

Forte de cette expérience quelle ne fut pas mon étonnement quand j'abordais cette autre temps fondateur de mon existence et accouchais de mon fils, Romain, dans une maternité Bordelaise où une certaine sécurité médicale d'apparence cachait une inhumanité et un irrespect de la femme, de la féminité et du processus même de l'accouchement parce que l'obstétricien devait partir avant 19H00... Connaissance par contraste, prise de conscience...

De mon expérience Africaine j'ai acquis cette certitude que le corps d'une femme sait accoucher et n'a besoin que d'être écouté et respecté, pour délivrer son savoir faire, cette connaissance engrammé depuis des générations et des générations. Sans faire le procès de l'accouchement en occident, il demeure que trop éloigné de leur corps les femmes accouchent allongée, la pire des positions pour que l'enfant prenne le toboggan de la vie...

Enfin et pour en finir avec cette partie liée à la pertinence personnelle de ma recherche, je veux rendre compte de l'importance pour moi du défi de naître à mon propre advenir, le défi de me rejoindre et de me rencontrer dans ce lieu



intact ce lieu d'émergence qu'est le sensible. Sans cette rencontre il n'existe que l'absence, l'absurde, le non-sens partout.

Je veux dire ici combien l'expérience créatrice qui est mienne a été et reste toujours importante et salvatrice face à ce sentiment envahissant d'absurdité dans mon rapport au monde.

Il est des jours, il est des mois, où tout va mal, si mal, que la perte du sens de ma vie, laisse prise aux brisures, aux cassures, à la maladie, là, au cœur de moi, de mon intime, à la source de mon élan de vie.

J'ai développé un début de cancer au début de l'année 2006 et pourtant je n'ai jamais perdu la relation à mon être comme étincelle intérieure. Quelque chose en moi vis et ne peut être ni touché ni salit. Mon père m'a sauvé la vie, de ces traitements qu'il me prodigua je garde cette sensation de feu dans mon sacrum et dans toute la sphère de mon petit bassin, ce sentiment de ne pouvoir être touché par personne et puis l'acte créatif qui s'en suivit des jours des nuits comme une frénésie un besoin d'agir de me mettre en mouvement de peindre danser jouer sur mon piano ma vie.

De cette émergence enflammée je garde la trace en moi vivace de l'importance de permettre à chacun de découvrir le génie qui lui est propre, caché dans son quotidien, trouver son inspiration dans sa respiration, de découvrir son « *Daimon* », comme dirait Socrate, à l'intérieur de soi, ce quelque chose propre au sujet qui soit plus lui-même que lui. De toute cette expérience je garde en moi cette certitude que le corps s'est naître à son advenir il n'a besoin que d'être perçu..

## 1.2. Pertinence professionnelle

Depuis mon plus jeune âge je suis au contact du sensible, du plus profond de moi me remonte ces heures passées près de mon père en méditation, par imitation ou par besoin de comprendre ce qu'il faisait, petite fille de 6 ans, je restais près de lui sans bouger, sans parler, sans même oser lui poser la question qui me brûlait les lèvres « dis papa tu vois quoi les yeux fermés ? Un

jour n'y tenant plus je lui posais la question, il me répondit : « et toi ? » Je lui dis du bleu, il me répondit : « c'est bien continu » Si la vie nous a quelques temps séparé j'ai toujours fréquenté auprès de lui ces instants magiques et plein tout autour du monde.

Par besoin de trouver ma propre voie, mon propre itinéraire j'ai emprunté les chemins de l'anthropologie, jusqu'au doctorat puis ai travaillé dans divers secteurs n'ayant pas vraiment de lien avec mes études... C'est finalement assez tardivement dans mon parcours que je me suis décidée à m'inscrire et suivre la formation en Spp à Bayonne.

Forte de mon diplôme j'ai vécu un temps de latence avant de prendre l'initiative de m'installer en cabinet. Cette installation fut pour moi le début de mon déploiement en un lieu où toute mon expérience subjective allait pouvoir prendre sens dans une mise en acte.

Ainsi j'ai, des jours durant, chiné des vieux meubles, des ferrailles pour leur donner une nouvelles vie, poncer, peint, enduit, verni, des tables, des meubles, fouillé les greniers, je voulais que mon cabinet me ressemble. En mars 2007 je démarrais mon activité et accueillais mes premiers patients. Je veux dire ici combien ceux-ci m'ont enseignés. Combien le retour qu'ils m'offraient, consolidait une estime de moi quelque peu flageolante mais surtout me permettait de m'actualiser dans l'instant et de prendre véritablement conscience de ce que j'apportais et vers quoi je tendais. C'est ainsi qu'une patiente familière de la méthode Danis Bois, atteinte de sclérose en plaque, me fit le cadeau le plus précieux. A l'issu du traitement elle me confia que pour la première avoir été entendu, comprise, et respecté mais surtout qu'elle avait eu le sentiment d'avoir été durant le traitement peinte, dansée, chantée.. Ancienne danseuse elle avait vécu son traitement comme une véritable re-crédation... « Tu traites comme une artiste » m'avait elle confiée son témoignage m'avait bouleversée.

J'ai ainsi reçu de nombreux témoignages qui m'invitaient à aller plus avant dans mon travail dans cette alliance entre création et thérapie. La vie ne manqua pas de venir enrichir le champ de mes possibles. Deux patientes,

Florence, Virginie, au cours de l'été 2007 vinrent à mon cabinet avec la demande explicite de se faire accompagner pendant leur grossesse. Elles avaient déjà accouché d'un enfant et souhaitaient pouvoir vivre pleinement cette période, ainsi que leur accouchement qui pour l'une et l'autre c'était passé dans des conditions assez pénibles. Toutes deux avaient décidé d'accoucher à domicile et avait choisi la même sage femme, Isabelle.

Je fus invitée par l'une d'elle à l'accompagner lors des temps de préparation à l'accouchement au cabinet d'Isabelle. Notre rencontre fut certainement l'un des événements les plus importants de ces derniers mois. Le regard porté sur l'acte de naître, la posture de cette accoucheuse me renvoya à mes premières expériences, sentiment qu'une boucle était bouclée. Je retrouvais des savoirs en moi disponibles depuis si longtemps, et accompagnait Florence, la préparait à cette danse de la douleur, à trouver en elle le lieu de confiance où la douleur serait acceptable, dans des séances au cabinet qui furent pour moi des instants d'une beauté et d'une justesse inouïe.

C'est aux premières lueurs d'une journée d'octobre, sur le trajet qui me conduisait chez Florence, dans ce temps d'ouverture à ce qui allait advenir, que me revinrent les marches, le Sahel, dans cet instant j'avais le sentiment que ma vie enfin prenait un sens, que tout œuvrait à me faire naître, mon temps de praticienne, mon temps de mère, mon temps d'artiste et de formatrice, que dans toutes mes actions s'enracinait mon advenir. Que toutes ces actions, ces expériences n'étaient pas éparses mais sous-tendais mon action j'œuvre avec ce qui me constitue et ce qui me constitue c'est ce que je suis

C'est dans cette mise en acte permanente de chaque minute de ma vie, si je reprends les termes de Louis Lavelle, dans ces actions agissantes sur moi, sur ma forme, que j'advieus à qui je suis. Là sur ce trajet au plus profond de moi s'enracine alors cette conviction que vivre c'est créer de soi à chaque instant et créer de soi c'est advenir.

Quand je pénétrais dans la maison, je trouvais Florence dans sa baignoire, la douleur était déjà bien vivace, ensemble pendant deux longues heures nous avons dansé, chanté, sa douleur dans des sons graves presque gutturaux,

ensemble nous avons trouvé le lieu du sensible ou la douleur est en dessous de toute douleur, là ans l'instant je me sentais à ma vrai place. Isabelle est arrivée, dans les minutes qui suivi ont Lili est advenue

Lili est né et je crois être née moi aussi, dans l'instant de sa venue au monde, une naissance à mon advenir, à l'unicité en moi.

### 1.3. Pertinence sociale

Cette thèse contribuera, je le souhaite, à la socialisation de mon parcours, de ma traversée entre force de rétention et force de renouvellement. J'ai profondément envie que cela puissent servir à tous ceux qui se reconnaissent dans cette relation au sensible, dans ce parcours qui est singulier pluriel. J'ai envie que ce travail comme autant de traces de ce qui m'a aidé, puisse à leur tour les guider dans leur traversée et qu'ils puissent être rassuré. Que cette recherche puisse servir de « pierre de gué » comme dirait Marie Christine Josso.

Parce que j'ai pu faire ce chemin, j'ai la responsabilité d'en témoigner, pour que les autres personnes en quête de leur propre devenir sachent que c'est possible. L'enjeu n'est pas qu'ils fassent un chemin, mais qu'ils sachent qu'ils peuvent se mettre en chemin. En tant que thérapeute mon expérience doit être au centre de mon existence. L'enjeu n'est pas d'enseigner ce que j'ai trouvé sur mon chemin, mais de permettre aux autres de se mettre en marche et de me mettre à l'écoute de ce qu'ils rencontrent.

Dans un autre ordre d'idées, je souhaite que cette recherche offre des outils pédagogiques, et des axes de réflexion sur la pratique qui nous concerne aux somato-psychopédagogues déjà formés ainsi qu' une meilleure compréhension des enjeux que rencontre la personne dans la découverte de son être en devenir.

#### 1.4. Pertinence scientifique et originalité de cette recherche

Cette recherche j'en ai pleinement conscience vient particulièrement questionner notre rapport à la transformation, à l'advenir et donc notre rapport au temps, autrement dit à l'existentielle.

Guy de Villers, de l'Université de Louvain, nous dit que : « *La responsabilité du formateur est de trouver les moyens d'instaurer entre l'homme et sa propre vie un rapport tel que l'immédiateté de la présence à soi ne soit jamais perdue* ». Le projet est de mettre le sujet humain en relation avec sa propre vie, dans une relation à l'immédiateté de sa propre vie.

Nous sommes alors collectivement travaillés par une question, comme si formateurs et formés étions engagés dans un processus de co-formation. C'est ce que j'énonçais un peu plus haut en rapportant le témoignage de cette patiente atteinte de sclérose en plaque. En fait la somato psychopédagogue, l'artiste, la mère, la formatrice, que je suis, renaît à chaque fois à chacune de son identité dans l'immédiateté de son action, en interaction avec son milieu

En résumé, ici et maintenant se joue notre devenir commun. Aujourd'hui mon action d'écriture est supposée être en train de participer à votre devenir, votre présence de lecteur participant à mon propre devenir. Et c'est dans le jeu de cette rencontre que se jouent les forces qui nous transforment tous.

Jean François Malherbes, professeur en sciences religieuses et éthiques, au Québec, dit que « *dans chaque rencontre, mais spécialement en formation, la question fondamentale est la suivante : en définitive, « qu'est ce que ta vie peut nous apprendre sur l'humanité ?* ». « *Qu'est ce que ta vie peut nous apprendre de la vie ?* » Si je témoigne de ma rencontre avec la naissance, avec la mort, le deuil, le sahel, avec mon fils, avec le sentiment de soi, ce dont je parle raconte quelque chose de l'expérience de Nathalie, mais doit surtout enseigner quelque chose de l'humanité et de l'expérience de la vie qui se joue dans cette humanité. De cette vie qui change de formes dans cette humanité.

Mais c'est ici plus que des mots que j'utilise pour accéder à ma transformation, mais un corps mon corps. Avec le corps, nous dit Jeanne Marie Rugira, dans un entretien avec Danis Bois

*« nous avons accès à un matériau supplémentaire. Tout se vit autrement, sa spatialité, sa temporalité, sa corporéité, voire même la question de l'altérité est posée autrement. Il y a donc un matériau disponible dans la relation au corps et qui offre l'opportunité à la construction de nouveaux rapports aux quatre items précédemment cités : la spatialité, la temporalité, la corporéité et l'altérité. Finalement cela participe à la reconstruction d'une nouvelle manière « d'être à soi » et influence la manière « d'être au monde ». Nous sommes en contact avec la temporalité immédiate ou plus précisément, c'est à partir de la relation à l'expérience immédiate que se donne la temporalité liée à mon passé.*

*Il y a quelque chose que j'ai vécu, pour ainsi dire, dès le premier contact manuel. J'y ai découvert un ancrage identitaire nouveau ou plus précisément, une relation différente à cet ancrage et naturellement, cela m'a révélé l'état dans lequel j'étais avant. Avec le concept de l'immédiateté, j'ai appris à pénétrer le temps, celui qui se déroule dans moi c'est-à-dire dans mon corps et c'est la rencontre de moi et du temps dans moi qui fait le temps de la présence de moi. Je ne peux pas faire la différence entre aller habiter le temps et aller habiter mon corps. Ces deux dimensions me donnent le sentiment d'habiter mon moi en tant que sujet vivant dans le monde. Il y a une qualité de présence qui m'apprend quelque chose de moi. C'est dans cette adéquation entre le temps et le moi que réside le processus de croissance, et auquel j'ai accès en temps réel. Cette adéquation s'inscrit dans mon corps sous la forme d'un mouvement en moi, rempli de nuances, de tonalités, de pensées. Ce processus est continu, mais sa permanence dépend de la qualité de mon attention portée à lui. »*

Lorsqu'on pénètre le lieu du sensible,, nous Danis bois dans la revue réciprocity, la temporalité se donne d'abord sous la forme d'un lieu actif qui se déploie en permanence vers le devenir. Et donc, dans un premier temps, la temporalité s'appréhende sous une forme spatiale. Ici, l'immédiateté n'est pas une succession de moments présents isolés et séparés les uns des autres, mais

une ouverture de ces moments qui se fondent ensemble pour donner à ce présent une épaisseur, une réalité de matière, donnant un sentiment tout autant spatial que temporel. Cette temporalité comme nous l'avons compris de la déclaration de Jeanne Marie Rugira véhicule des informations qui, jusqu'alors manquaient au sujet, pour clarifier ce qu'il ne percevait pas. Ces informations apportent dans un premier temps un éclairage nouveau à la problématique de sens du sujet. Mais elles révèlent, de plus, en même temps, par contraste, la nature du rapport antérieur qui obscurcissait la saisie du sens.

Donnons la parole à Danis Bois sur cette question qui met en valeur cette toute nouvelle posture philosophique où l'on s'appuie sur son présent pour naître à son futur.

*« Le sujet est ainsi placé dans un lieu nouveau de conscience, de ressenti et de réflexion, qui lui permet de trouver un nouveau regard sur son mode de fonctionnement antérieur. Nous avons recolté de tels témoignages nombreux dans notre thèse : « Si aujourd'hui je peux regarder comment je fonctionnais auparavant, c'est bien parce que je connais un autre fonctionnement. » Ou encore: « Avec la découverte du mouvement interne, je me rends compte combien, jusque là, mon corps était immobile, inconscient et insensible. » (Bois, 2007)*

C'est bien à travers le vécu du mouvement interne, la mobilité et la tonalité que le sujet prend conscience de son état antérieur. On assiste ici à un renversement des valeurs classiques concernant le passé. Habituellement, la psychologie invite à explorer le passé afin de mettre à jour des implicites, de comprendre des mécanismes actuels, et de fournir des opportunités de changements futurs. Dans le contexte du sensible, c'est l'actualisation du futur qui prime, et c'est par lui que le passé semble se réactualiser dans le présent. C'est donc par la nouveauté que se comprend le passé et non la compréhension du passé qui donne accès à la nouveauté. »

## 1.5. Problème de recherche

Si aujourd'hui, l'accès à l'expérience du sensible est validé et catégorisé, l'accès au lieu du sensible, en tant que le lieu de soi au sein de laquelle la personne inscrit sa vie dans la durée engage d'autres enjeux. Autrement dit, accéder au sensible via une expérience extra-quotidienne ne veut pas signifier qu'on soit en mesure d'y demeurer dans son quotidien.

C'est là qu'intervient la question de l'accompagnement de la personne dans ce projet. Le pédagogue en accompagne les étapes et sollicite la personne dans le transfert de sens issu de la sphère de l'expérience extra-quotidienne vers et pour la sphère de son quotidien. Dans ces « aller- retour », ces passerelles jetées entre les deux « mondes », la personne progressivement se met en marche, en action vers son renouvellement et sa croissance. Mais à un certain stade, c'est la vie elle-même qui invite l'extra-quotidien à se glisser tout entier dans le cadre du quotidien, pour s'entrelacer et se fondre dans la même coulée. La vie nous exhorte à cette unité. On note un premier passage de « je grandis et me renouvelle dans ma vie » à « je fais grandir ma vie ». La question qui émerge est la suivante : A la question du comment j'utilise les « outils » du sensible pour grandir dans ma vie se pose celle du comment j'utilise le sensible pour faire grandir ma vie. quand je me renouvelle, le contexte de sa vie doit être accordé ce que j'advies, en résonance, au diapason de mon propre renouvellement; En tout cas, nous entrevoyons là, la condition pour que le sujet puisse se renouveler dans une relation d'échange symétrique, de réciprocité actuante avec l'entité de sa vie. C'est dans un contact intime, sensible, réciproque que la personne et sa vie se font « grandir » mutuellement..j'e pose mon point de vue sur le « je » qui grandit à l'intérieur du cadre fixe de ma vie ou est ce que je me situe au niveau de la vie que je met en mouvement pour nous renouveler ensemble; Nous y voyons là des enjeux différents, qui suscitent chez la personne un niveau d'implication plus ancré et une ouverture du zoom du regard plus large; la personne, invitée à changer de posture, face à la temporalité dans son acception spatial qui est mise en jeux de façon singulière



## 6. Question de recherche

En quoi et comment un accompagnement performatif permet-il de naître à son advenir ?

## 7. Objectifs de recherche

**Comprendre** mieux les étapes et la nature de ce processus qui émerge de l'expérience du corps sensible est l'un de nos axes de réflexion majeurs dans une perspective à la fois pédagogique et personnelle,

**Explorer** la temporalité propre au sensible en tant que lieu d'émergence créatrice et de force de potentialité advenir.

**Identifier** les enjeux, les étapes du processus et conditions efficaces d'accès à l'expérience incarnée, actualisée dans la matière de l'être, du naître à son advenir; Nous y voyons là l'expérience inédite d'une nouvelle posture épistémologique au potentiel de sa vie, autrement dit, une nouvelle manière d'être et de naître à son advenir. Nous y voyons là, l'expérience inédite d'une nouvelle posture épistémologique au potentiel de sa vie, autrement dit, une nouvelle manière d'être et de naître à la vie; tel est l'objectif qui motive notre recherche nourrie de notre expérience personnelle de praticienne-chercheur impliquée

## 8. Terrain de recherche et explicitation de la recherche

En tant que Femme, sensible à la fibre artistique qui m'anime, praticienne dans les domaines de l'art-thérapie, mouvement expressivité, et somatopsychopédagogue orientée dans l'accompagnement à l'accouchement des femmes, c'est naturellement que nous avons questionné l'advenir, en tant que posture de vie du lieu du sensible, au travers d'un double regard à la croisée de nos pratiques; l'art et la naissance comme voies de passage pour capter et

explorer les terres vierges de l'advenir porteur de potentialité. Dans cette recherche heuristique, m'est offerte l'opportunité d'évaluer en quoi mon cheminement personnel et ma pratique d'accompagnement s'interfécondes pour soutenir ma transformation personnelle, mon expression et le renouvellement de ma pratique professionnelle. Cette recherche va permettre de comprendre comment, à partir de l'apprentissage de mon corps, j' ai pu catégoriser, clarifier, mon propre processus et transférer ce que j'ai appris dans ma vie et ma pratique pédagogique. Sur la base de ma démarche heuristique, de nouvelles applications se sont dégagées, de nouveaux « savoir faire et savoir être » porteurs de pour sa vie. Phénarète, mère de Socrate, était accoucheuse de femmes, c'est pour cette raison que Socrate, « père » de la maïeutique, a nommé ainsi sa pensée philosophique, « maïeutiké » signifiant en grec, « accoucher », « accoucher à ».

C'est dans ce sens, comme l'a fait H. Desroches, que nous avons choisi de reprendre ce terme pour désigner le processus à l'œuvre, l'itinérance, et les voies de passage à l'accouchement, à la naissance au lieu du sensible. Nous parlons bien là de passage d' état à un autre état, de passage d'un lieu à un autre lieu de soi, comme autant d'étapes du processus de transformation de l'être. Le terme de passage emporte avec lui sa capacité de renouvellement, la re-création (dans le sens de l'aesthésiologie créatrice) de la personne et le déploiement à son potentiel de vie.

La première partie de notre recherche est constituée par les champs théorique et pratique, est divisée en trois sous-parties.

1-La problématique est présentée à travers les pertinences personnelle, professionnelle, sociale et scientifique qui ont conduit à la question de recherche :

2- Dans notre cadre théorique, nous aborderons les fondements théoriques de la

Psychopédagogie Perceptive. Nous ne traiterons pas de manière exhaustive tous les concepts spécifiques à cette méthodologie, son champ étant très vaste et prolifique, mais préférons porter une attention particulière à ceux qui

intéressent directement notre champ d'investigation. Dans un deuxième temps, nous proposons de repérer les éléments clés qui soutendent notre questionnement pour en faire jaillir la cohérence et la pertinence. Ils peuvent, dans une perspective pédagogique, contribuer à développer notre réflexion pour répondre à notre question de recherche.

Ainsi, porterons-nous notre attention sur la notion de maïeutique, vue dans son acception littérale et symbolique « d'accouchement à soi », d'un passage d'un état à un autre, d'un lieu à un autre; une transformation qui sollicite la personne dans son potentiel d'auto- création..Les processus du devenir soi, dans son acception psychosociale, et du naître à soi, seront mis en perspective pour en dégager les liens et les singularités. Par ailleurs, on ne saurait aborder la question de la création de soi en tant que naissance et d'élan à sa vie sans explorer les principes clé de l'art performatif envisagé comme outil pédagogique de création et d'authenticité organique. Nous mettrons en lumière certains points de convergence, et les singularités de ce courant mis en perspective avec la méthodologie spécifique de la psychopédagogie perceptive.. Enfin, la question de l'advenir, véritable chiasme de la Vie, sera mise en avant. Nous étudierons en quoi, ce concept original ouvre un espace de découverte et de rapport inédits avec la temporalité de la vie.

3-Enfin, une fois ce contexte théorique installé, nous devons exposer le cadre pratique qui servira de support à notre recherche, Nous y détaillerons les différentes mises en situation pratiques qui encadrent et permettent cette expérience du naître à son advenir depuis le lieu du sensible; expérience dont nous souhaitons étudier les impacts et le parcours dans l'intime de l'être et dans son déploiement envers la vie.

Nous proposons aussi un cadre d'expérimentation pratique sur la base du rapport à l'expérience corporelle immédiate dans le mouvement gestuel et l'expressivité depuis le lieu du sensible. Nous présenterons, dans une perspective pédagogique, une grille de lecture sur les enjeux psychologiques, cognitifs et comportementaux de la pratique gestuelle,

La deuxième partie concerne le champ épistémologique et notre posture de recherche. Nous définirons notre posture de praticienne-chercheur impliquée, notre méthodologie d'investigation phénoménologique et le paradigme compréhensif à travers desquels nous interrogerons notre expérience au travers d'un journal de bord. Pour conserver la cohérence interne de notre approche méthodologique nous inscrirons notre recherche dans une méthode heuristique. À travers cette posture nous serons amenés à réaliser une analyse herméneutique à partir de laquelle nous déploierons une analyse par théorisation ancrée.

La troisième partie sera consacrée à l'analyse et à l'interprétation des données sur la base de notre journal de bord en nous appuyant sur des catégories émergentes qui se sont construites au contact de l'expérience du lieu du sensible.

Nous terminerons notre recherche en tentant une synthèse des résultats à partir de laquelle nous engagerons une discussion et nous dégagerons les éventuelles productions de connaissance qui apparaissent de l'analyse herméneutique des données.

En guise de conclusion, nous présenterons un retour réflexif sur notre démarche et ouvrirons des perspectives.

## Chapitre 2 : Cadre théorique

La question du sensible comme lieu d'accès à la temporalité créatrice de l'être : Les apports théoriques de la psychopédagogie perceptive

« C'est bien ça le début de toute démarche : apprendre à percevoir et à exprimer des choses qu'on ne percevait pas avant. »

*Danis BOIS*

Le champ théorique de la Psychopédagogie Perceptive est très vaste. Il est né d'une réflexion intense autour des recherches de Danis Bois et de son groupe d'investigation sur la relation au corps sensible, recherches qui se déploient dans le monde depuis de nombreuses années au carrefour des domaines des sciences de l'éducation, des sciences humaines et psycho-sociales, auprès des pédagogues, professionnels de l'art, de la santé et de l'accompagnement de la personne.

Dans ce chapitre nous aborderons certains aspects de sa pédagogie liés directement à notre objet d'étude. Dans un deuxième temps, la problématique de la performativité sera ici observée à partir d'une perspective universelle qui dépasse les spécificités « locales » de l'art performatif. « Derrière l'artiste il y a l'homme » dit Danis Bois. Pouvons-nous aussi envisager qu'il y ait un artiste derrière l'homme dans ce qu'il porte de potentiel créateur et sensible à sa propre humanité?

C'est en abordant le rapport de l'homme avec sa vie, qu'il convoque « le performer » tapie en lui, en veille, à porter un regard inédit sur le monde, la temporalité en soi et au-delà de soi.

Eve Berger écrit, « *En me rapprochant de moi-même à travers mon corps, en étant davantage au contact de mes états internes, je peux développer une action en meilleure adéquation avec mes besoins et mes limites. Mais cette réponse suggère d'avoir rencontré et admis que le corps recèle une part de la réalité à laquelle nous n'avons pas accès en dehors de lui. C'est cet objectif que poursuit la somato-psychopédagogie ; ses différents outils, comme nous le verrons, constituent une pédagogie progressive pour apprendre à se connaître sous de nouveaux jours et à développer de nouvelles possibilités.* (Ève Berger, 2006, p. 22-23) .

La Psychopédagogie Perceptive agit sur l'enrichissement perceptif de la relation au corps sensible et au mouvement. C'est en effet, par une implication perceptive intense, inhabituelle, que la personne peut découvrir l'opportunité d'un renouvellement de la relation à soi et aux autres. Par l'enrichissement de son potentiel perceptif la personne peut accéder à la dimension créatrice de l'expérience immédiate. En effet, le rapport à l'immédiateté contient une idée de « nouveauté vécue corporellement » qui peut se traduire en information pour la personne entraînée à saisir un sens immanent de l'expérience éprouvée immédiate. Le pédagogue s'inscrit ici dans une relation de médiation dont les notions d'inter- réciprocity et de réciprocity actuante en constitue la clef de voute. Il s'agit là d'un processus de découverte qui sollicite à la fois le pédagogue et l'accompagné dans leur co-déploiement.

« Aucun changement n'est à l'horizon si des possibilités nouvelles imprévisibles, inattendues, déconcertantes ne manifestent leur poussé. » Roustang (2000, p. 56)

## 2.1 La question du sensible

### 2.1.1 L'émergence du sensible

Maine de Biran, philosophe du 19<sup>e</sup> siècle, s'inspira des observations de Condillac, en lui reprochant cependant une vision trop tournée vers l'extérieur. Quand Condillac considère uniquement l'observation objective des phénomènes extérieurs perçus par les sens extéroceptifs, Maine de Biran donne la priorité à une réalité interne, ressentie au plus profond de la conscience et qui émerge dans l'action. Ici, la résistance n'est plus seulement le fruit d'une rencontre entre la main et le corps ou entre la main et l'objet, elle est aussi et surtout, un « contact intériorisé » entre soi et soi, à travers le mouvement, inhérent à l'acte de bouger.

Maine de Biran fait le constat que l'on est vraiment soi que par un effort permanent à orienter son attention au-dedans de son corps pour y capter les indices de sa propre présence.

A l'image de cette découverte, toutes les propositions de Maine de Biran naissent d'une résonance vécue et réfléchie à travers le filtre de l'expérience.

Maine de Biran cherchera à expliciter son expérience en rédigeant une sorte de journal intime : « *journal* » puisqu'il s'agit d'observations notées au jour le jour, « *intime* », puisqu'il s'agit du monde intérieur, le monde extérieur étant continuellement présent, bien sûr, mais par ses effets dans le monde intérieur. On ne sait pas toujours que Maine de Biran est un philosophe qui raconte sa propre histoire à la manière d'un récit de vie formatif : « *Chaque homme devrait être attentif à ses différentes périodes de sa vie, il devrait se comparer à lui-même en différents temps, tenir registre de ses sentiments particuliers, de sa manière d'être en observer les changements dans de courts intervalles et tâcher de suivre les variations dans l'état physique* »<sup>1</sup> On voit bien que ce philosophe de la subjectivité cherche à mesurer, à déterminer les modes divers

de la sensibilité : « se sentir exister devient se regarder exister » et c'est à travers la relation à son corps que Maine de Biran s'éprouve et se découvre.

On voit poindre au travers de sa recherche, les prémices d'une philosophie du sensible et une nouvelle dimension de la conscience en lien avec le vécu interne. Pour de Biran, conscience signifie conscience de soi grâce à l'attention portée à son corps.

Certains auteurs attribuent à Maine de Biran, la paternité de la phénoménologie. En effet celui-ci place la relation au corps et au mouvement, la perception, l'immédiateté et la subjectivité, au cœur de sa réflexion philosophique. Il est le premier à introduire l'expression de « corps propre ».

Plus tard, Husserl développa une réflexion sur les statuts du corps. Philosophe qui écrit en langue allemande, il fait appel aux deux mots différents pour signifier le corps : « Körper » qui signifie le corps anatomophysiologique et « Leib » qui signifie le corps vivant, lieu des sensations et des émotions. La langue française ne dispose que d'un seul mot pour signifier ces différents corps. C'est pourquoi, ordinairement, on utilise le mot corps (Körper) pour désigner le corps anatomophysiologique et le mot corps-propre (Leib) (propre, proprio, de propriétaire, celui qui m'appartient) pour désigner la présence au corps. Husserl n'explique pas, n'interprète pas les contenus psychiques. Il détermine la forme de la présence du sujet dans le vécu corporel grâce à l'intentionnalité. Le corps devient ainsi présence au monde de la vie psychique d'un sujet intentionnel.

Le corps phénoménologique n'est donc pas un corps psychique ni un corps physiologique : c'est un corps de chair et pour que le vécu soit appréhendé dans sa pureté, Husserl prône l'épochè phénoménologique ou suspension du jugement. Husserl écrit dans ces méditations cartésiennes, (1ère méditation, VRIN page 22) « *le monde objectif qui existe pour moi puise en ma conscience son sens et sa valeur* » On entre avec Husserl, dans le domaine de « l'expérience interne transcendantale » où l'on ne cherche pas de justifications causales ou de jugement de valeur ; toute connaissance commence avec l'expérience interne phénoménologique qui permet au sujet méditant de mettre en doute toute réalité afin de lui donner sens et valeur.



Avec Merleau-Ponty, on assiste à une nouvelle signification du sensible. Le monde sensible implique une relation sensible au corps et une réhabilitation du corps comme source de production de connaissances immanentes.

Situé à la lisière du monde et de la pure subjectivité du moi, ce corps est présence et ouverture à l'être et au monde, à la fois dehors et dedans. Il est le moyen de communication avec le monde, qui est lui-même l'horizon latent de l'expérience qui préexiste à toute pensée déterminante. *«Percevoir, dans le sens plein du mot [...] c'est saisir un sens immanent au sensible avant tout jugement»*. (Merleau-Ponty 1964, p22-23)

Pour Merleau-Ponty, mon corps n'est pas un objet ; il est vivant et actif. Il est agent de transmission et de transformation entre le monde extérieur et moi. C'est mon ancrage dans ce monde. Mon corps a des organes, des sens qui sont les instruments de cette liaison. Ce sont les sens qui m'ouvrent un monde et m'ouvrent au monde; c'est la sensation qui me met en communion avec lui. Mon corps est « le pivot du monde » : je peux grâce à lui tourner autour des objets, les connaître sous leurs divers aspects, et me les représenter, quand je les regarde de loin, sous leurs faces non visibles. La chair pour Merleau-Ponty est donc une autre manière, toute nouvelle, d'appréhender la réflexivité classiquement mise sur le compte de la conscience. Il n'y a pas pour Merleau-ponty d'autre pensée pensante, que la pensée incarnée et qui se donne dans la sphère de l'immédiateté. Parce que le monde n'est pas uniquement un ensemble de représentations, le rapport singulier que nous entretenons avec le monde et les objets se décline sous la forme d'une signification immanente porteuse de sens : *« plus encore, le corps n'exerce pas une fonction de connaissance uniquement dirigée vers l'extérieur, mais est capable de se retourner sur lui-même, devenir à la fois source et finalité de son exploration de ses démarches gnosiques »* (Catherine Dauliach, 1998, p311)<sup>2</sup>

### 2.1.2 Le paradigme du sensible en psychopédagogie perceptive : une pédagogie de l'intime

Pour comprendre le point de vue du sensible de Danis Bois, il convient de restituer le contexte. D'abord, la dimension du sensible est née d'un contact direct intime avec le corps. C'est bien à travers le toucher manuel que s'est élaborée, qu'a été saisie, la donnée d'un sensible incarné. Ensuite, la notion du sensible résulte d'une relation, d'un rapport saisi à travers une expérience corporéifiée.

Le sensible de Danis Bois est pragmatique et se donne à travers une démarche d'inspiration phénoménologique.

La philosophie aborde la question du sensible à travers la relation au monde ou aux objets. C'est la raison pour laquelle nous parlons de perception sensible. Cette dernière implique l'utilisation de sens extéroceptifs ; mais ici nous parlerons de perception du sensible, qui implique cette fois-ci, une relation de soi à soi sans le support d'une relation au monde extérieur et des objets.

Cette vision du sensible semble donc devoir être sortie du cadre strict de la phénoménologie, même si selon D. Bois, elle s'en inspire fortement. La perception perçoit, mais est elle faite pour se ressentir elle-même. D. Bois : « *la capacité de ressentir la perception me paraît plutôt être le fait d'un Septième sens* » (le sensible et le mouvement, page 37)

Effectivement, si on fait appel aux expériences subjectives que l'on vit en tant que praticien-chercheur immergé dans le terrain de la pratique, nous sommes amenés à vivre, en conscience, le contenu d'un ressenti. A l'évidence, aller à la rencontre des expressions sensibles qui émergent de l'intériorité, implique une attitude exploratoire très spécialisée.

La perception subjective de cette intériorité nous offre un changement permanent du milieu intérieur avec lequel nous entrons en résonance, dans une attitude extra-quotidienne perceptivo-cognitive, qui invite l'attention du sujet à se tourner en dedans du corps, c'est-à-dire en dedans de soi. Cela nous amène à nous questionner sur le caractère éduicable de la perception. En effet, la perception a la réputation d'échapper à tout contrôle. Or, D. Bois préconise une

méthodologie pédagogique qui permet d'enrichir le contact avec les phénomènes intérieurs à travers la médiation de l'attention et de la relation c'est à dire, de rendre mobile ce qui était immobile, de rendre sensible, ce qui était insensible pour enfin rendre « perçu » ce qui jusque là était « imperçu » . Finalement, il ne s'agit pas de développer la perception en tant qu'organe de fonction mais de développer la relation aux phénomènes qui se donnent à la perception du sensible tournée vers le corps ; c'est sur cette base que se construit ce qu'il nomme le « paroxysme perceptif », moment décisif de pénétration des phénomènes ressentis.

On retrouve également une autre originalité dans la vision du sensible émise par D. Bois et qui s'inscrit dans le propos précédemment abordé. Il faut une condition : une attitude extra-quotidienne tournée en dedans du corps. Le phénomène qui apparaît n'est pas le produit d'une relation d'une personne et d'un objet extérieur mais d'une qualité de relation de soi à soi.

C'est à ce niveau qu'intervient la notion de «réciprocité actuante », que nous aborderons plus loin, et qui constitue une réelle originalité, la clé de voute sur laquelle s'appuie l'accompagnement spécifique à la Somato-psycho-pédagogie.

S'il n'y a pas de relation à un objet, d'où provient alors l'événement capté, quelle en est la source ? D. Bois répond « c'est la qualité de relation à soi. Sans une qualité de relation à soi, il n'y aurait pas d'événement. ». Nous voyons donc que l'événement naît d'une qualité de relation à soi.

La perception du sensible est ainsi envisagée comme une valeur ajoutée à la réflexion à son expression et sa mise en action, le véhicule d'une intelligence singulière.

## 2.2 La question de l'enrichissement perceptif

### 2.2.1 La subjectivité

La donnée subjective a été peu étudiée et, par conséquent très peu validée, car du point de vue scientifique, elle est considérée comme trop personnelle. En effet, face à un même événement ou à un même objet, deux individus auront chacun une appréciation et une relation différentes vis-à-vis de ce qu'ils auront observé.

Il existe cependant, un courant de chercheurs dans le domaine de la science qui défend depuis quelques années l'idée que le sujet peut établir une relation avec sa propre subjectivité et apprendre d'elle. Ce courant scientifique (cf. Depraz, Varela, Vermersh, « La réduction phénoménologique comme pratique » <sup>4</sup>) s'inspire notamment des travaux d'Husserl (1859 -1938), philosophe allemand à l'origine de la phénoménologie. Husserl avait choisi la subjectivité comme objet d'étude et sa préoccupation était d'atteindre à la perception des phénomènes, de « la chose telle qu'elle est » et non pas telle qu'on peut la percevoir individuellement. C'est ainsi que l'on trouve l'idée d'une subjectivité pure qui serait une propriété immanente et naturelle de l'essence et des choses.

Pour y accéder, Husserl propose l'épochè, c'est-à-dire la mise en suspension de la part du sujet, de ses croyances, ses idées, ses préjugés, ses acquis, son savoir, ses pensées et ses préoccupations. Par cet acte, le sujet se découvre être percevant et établit ainsi une relation avec sa propre subjectivité. « *L'épochè est la méthode universelle et radicale par laquelle je me saisis comme moi pur, avec la vie de conscience pure qui m'est propre.* »

L'épochè permet aux choses de venir à nous ; il s'agit d'être neuf dans son écoute et de ne pas chercher ni attendre quelque chose de particulier. On se situe alors dans un lieu de nous-mêmes, au-delà des interprétations personnelles, en amont de l'affect, de l'émotion et de la représentation, c'est-à-dire dans le monde de la subjectivité pure.

Dans la somato-psycho-pédagogie, l'épochè est réalisée par une mise à l'écart temporaire de tout ce qui n'est pas mouvement : « *Si je réalise un mouvement avec attention et lenteur, je ne peux penser à autre chose qu'au mouvement, il n'y a pas de place pour des pensées.* »

L'absorption contemplative de l'intérieur du mouvement met naturellement en suspension tout ce qui n'est pas le mouvement.

Par conséquent, la somato-psychopédagogie travaille sur, se situe dans, et propose des protocoles d'accès à « la subjectivité cinétique »<sup>4</sup>. Celle-ci se révèle être identique pour tous les êtres humains car les lois qui régissent le corps en mouvement sont pareilles pour tous.

Etablir une relation avec cette forme de subjectivité perçue comme un mouvement interne se déroulant dans le secret du corps, crée un lieu en nous où l'espace et le temps s'unissent en un seul et même mouvement. De la relation unique, personnelle et sensible que nous entretenons avec ce mouvement qui est, lui, commun à tous les êtres, peuvent émerger des pensées, des images, des sensations, des idées nouvelles ou inconnues de nous jusque-là.

### 2.2.2 Le rapport au corps

*Le corps est le champ primordial qui conditionne toute expérience, oui, la conscience est bien incarnée. Le corps est donc le noyau de l'existence, l'ouverture originale au monde. Il n'est pas dans l'espace, il habite l'espace, il lui donne sens.*

Maurice Merleau-Ponty

*C'est dans ce rapport perceptif que se trouve (...) l'aspect créatif de l'être humain. »*

*(Bois, 2001, p. 177)*

*On ne sait pas à quel point nous sommes profondément inconnus et étrangers à nous-mêmes.*

*Friedrich Nietzsche*

La somato-psychopédagogie propose un entraînement, ou « training » dans son acception issue des Arts performatifs, qui vise à développer consciemment son attention en vue de la rendre habile à se tourner vers son propre corps, ce qui permet de changer le rapport à celui-ci. Le corps objet peut alors changer

progressivement de statut. Danis Bois (2005)<sup>4</sup> à partir de ses travaux de recherche a catégorisé dans un tableau les différents statuts du corps humain en cinq repères principaux.

### Les différents statuts du corps

Les statuts du corps	Fonctions
« <i>J'ai un corps</i> »	<i>Corps objet</i> , utilitaire, corps machine, corps étendu
« <i>Je vis mon corps</i> »	<i>Corps ressenti</i> , (douleur, plaisir) nécessitant un contact perceptif
« <i>J'habite mon corps</i> »	<i>Corps sujet</i> , impliquant un acte de perception plus élaboré, le ressenti devenant lieu d'expression de soi à travers les perceptions internes
« <i>Je suis mon corps</i> »	<i>Corps faisant partie intégrante du processus réflexif</i> de la personne à travers des tonalités qui livrent un fort sentiment d'existence et une vision renouvelée de soi et du monde
« <i>J'apprends de mon corps</i> »	<i>Corps sensible</i> , caisse de résonance de l'expérience capable de recevoir l'expérience et de la renvoyer au sujet qui la vit

L'instrument premier de ce changement de rapport au corps et à la vie est le corps humain lui-même, qui a changé de statut. Pour sortir de l'éloignement de soi, Danis Bois nous convie à un effort d' « incorporation » de ce qu'il appelle la mémoire corporéifiée, une mémoire qui permet de retrouver la sensorialité. En effet, pour lui (2006, p. 58),

*Le corps est au cœur de notre processus d'investigation. C'est lui qui, dans notre démarche, permet de relier l'individu au sens des événements de sa vie, qui est le champ de réactualisation, dans le présent, de l'éprouvé d'un*

*événement passé. C'est la tonalité corporelle qui crée le lien entre le présent et le passé.*

### 2.2.2.1 Corps objet

Il est considéré comme un corps mécanique

### 2.2.2.2 Corps sujet

Le statut du corps se transforme. La personne devient le sujet de son propre corps

### 2.2.2.3 Corps sensible

Nous abordons ici le corps en terme de qualité de relations, de qualité de nuances à soi. Le sujet fait l'expérience sensible de lui-même. En pénétrant le goût de lui-même, il entre dans la sphère de l'éprouvé.

Faire l'expérience du «corps sensible», c'est dépasser l'expérience du corps vécu comme douloureux ou savoureux, pour habiter un corps qui a un véritable statut de sujet dans le sens qu'il implique un acte de perception élaboré. Le corps fait alors partie intégrante du processus réflexif de la personne. Il procède ainsi comme une caisse de résonance d'une expérience forte dont les effets livrent non seulement un fort sentiment d'exister, mais aussi une opportunité réelle d'apprendre de cette expérience. Le « **je** connaissant » s'entrelace ainsi avec le « **je** percevant ». la vie dans le corps revêt un autre statut, un statut plus incarné. La vie se ressent, elle résonne à l'unisson de son rythme de croissance. C'est dans cette adéquation entre le temps et le moi que la vie prend forme.« *Le corps sensible devient alors en lui-même, un lieu d'articulation entre perception et pensée, au sens où l'expérience sensible dévoile une*

*signification qui peut être saisie en temps réel et intégrée ensuite aux schèmes d'accueil cognitifs existants, dans une éventuelle transformation de leurs contours » (Berger, 2006, p. 60).*

### 2.2.3 Attention et Attentionnalité

*“Je regarde et je m'émeus  
et ma poésie est naturelle comme le lever du vent. »*

*F. Pessoa*

*“Afin de percevoir l'infinie valeur de toutes choses, nous devons  
accorder à la vie une attention pleine et entière »*

*.Dalai lama*

L'objectif pédagogique de la Psychopédagogie Perceptive est d'installer chez la personne un profond sentiment d'unification entre toutes ses parties : d'abord entre les parties de son corps, puis, aussi et surtout entre toutes les parties de son être : son intention et son action, son attention et son intention, sa perception et son geste, sa pensée et son vécu.

*« Chaque instrument interne est utilisé dans un fonctionnement adapté à l'expérience du sensible. Très souvent, en effet, nos instruments internes souffrent de leur sous-utilisation, ou d'un usage non adéquat, et n'offrent pas à la personne leur plein potentiel. C'est pourquoi j'utilise l'expression d'accordage des instruments internes, comme on accorde un instrument de musique pour qu'il puisse jouer juste! » (Bois, 2006, p. 120)*

L'attention est le premier des instruments internes que la pédagogie du sensible cherche à développer chez l'individu, parce que c'est celui qui lui permettra d'accéder à tous les autres. Par la mobilisation de son attention la personne va pouvoir mieux voir, mieux entendre, mieux percevoir, capter des éléments qui



jusqu'ici n'étaient pas conscients parce que non perçus. La personne va découvrir une meilleure écoute, une observation plus aiguisée et surtout un rapport à son corps qu'elle ne soupçonnait pas : « *Elle pénètre toute une sphère d'activité subjective inconnue; elle découvre qu'elle existe dans et par son corps, et que son corps est aussi le fondement d'une identité profonde.* » (Bois, 2006, p. 121)

La saisie attentionnelle est d'abord facilitée en plaçant la personne dans des conditions extra-quotidiennes, c'est-à-dire des conditions différentes de celles de la vie courante, comme, par exemple, poser son attention sur un geste effectué au ralenti. On invite également la personne à apprendre progressivement à fermer les yeux, non pas pour se retirer du monde, mais au contraire pour se rapprocher de son corps et augmenter sa vigilance. Danis Bois remarque que : « La mobilisation attentionnelle est d'une autre nature que la pensée, qu'elle convoque d'autres circuits, d'autres registres. Donner comme consigne à un patient : «Posez votre attention sur» est plus efficace, plus proche de la perception que la consigne «Pense / à», qui induit une représentation. Dans une séance de somato-psychopédagogie, nous utilisons ce mode de fonctionnement de l'attention pour amener notre patient à repérer les manifestations les plus familières de son corps ; celles justement si familières qu'elles sont devenues mécaniques, machinales, automatiques, imperçues. » (Bois, 2006, p. 122)

Danis Bois explique aussi une autre faculté de l'attention : « (...) *l'attention possède aussi la capacité de «s'élargir», de devenir plus globale, plus panoramique : il est tout à fait possible de percevoir l'ouverture d'un coude, tout en continuant d'être en relation avec le mouvement global de tout le bras. Bientôt, le patient devient capable d'être en lien avec la globalité du mouvement, dans tout son corps. Et entrer dans cette relation de globalité avec le mouvement lui fait découvrir que celui-ci est lui-même porteur d'une attention particulière ; il se rend compte que ce n'est plus lui qui pose son attention sur le mouvement, mais que c'est le mouvement lui-même qui le guide et qui l'entraîne à la découverte de lui-même.* » (Bois, 2006, p. 123)

L'état d'attention élargie est nommée attentionnalité. Dans un premier temps, on l'a vu, c'est l'intention qui dirige le regard de l'attention. Dans un deuxième temps, c'est l'attention qui emmène l'intention dans le lieu du corps où le mouvement émerge et se déroule. *« C'est alors que nous percevons les intentions du corps, qui sont autonomes et indépendantes de notre volonté. (...) La troisième phase consiste à laisser s'exprimer ce mouvement dans nos mots, nos gestes, nos actes. C'est tout le travail de l'expression créatrice. »* (Bois, 2001, p. 198).

L'attentionnalité désigne donc une attitude d'attention présente à l'acte perceptif mais non dirigée. Dans l'attentionnalité, il ne s'agit plus d'« un aller chercher » mais d'un « laisser venir » l'information. Il s'agit d'une présence réceptive, d'une écoute et d'une observation ouverte, sans recherche d'une saisie précise. Cette présence comprend différentes intensités, différents niveaux d'attention portés à l'acte perceptif : depuis une attention faible jusqu'à, ce qu'au paroxysme perceptif, un état d'attention totale et de plénitude perceptive.

*« La mobilisation attentionnelle est d'une autre nature que la pensée, elle convoque d'autres circuits, d'autres registres. L'entrer dans cette relation de globalité avec le mouvement lui fait découvrir que celui-ci est lui-même porteur d'une attention particulière ; il se rend compte que ce n'est plus lui qui pose son attention sur le mouvement, mais que c'est le mouvement lui-même qui le guide et qui l'entraîne à la découverte de lui-même. »* (Bois, 2006, p. 123)

*Poser son attention sur les effets déclenche des effets nouveaux, notamment l'accès à un mouvement interne autonome et indépendant de notre propre volonté. Au contact de ce mouvement, notre corps, c'est-à-dire toute la matière vivante corporelle, devient sensible. C'est alors la sensibilité de cette matière qui perçoit que l'on perçoit. Cela nous place dans l'expérience immédiate de la vie sensible qui nous habite. »* (Bois, 2006, p. 184)

En résumé, dans l'attention, il s'agit d'un acte de perception vers le mouvement interne et ses effets dans le corps, tandis que dans l'attentionnalité, le mouvement est à la fois «percevant» et «perçu», ce qui donne lieu non plus à

des relations unidirectionnelles de soi au mouvement mais à des résonances de mouvement en soi et à soi. Cet état de présence qui perçoit nous donne accès au principe d'immédiateté où les phénomènes sont perçus en temps réel sans la médiation de la réflexion. Cet état d'accueil sensoriel est l'attitude qui permet de ressentir le corps mais aussi de lui donner la parole. Un contexte dans lequel le corps nous livre cette parole profonde de nous-même laquelle représente un apport inestimable à la réhabilitation du vécu. Si nous faisons appel à notre expérience, il est clair que ressentir une nouvelle expérience corporelle c'est assister à l'émergence de la pensée immanente, c'est-à-dire, ce que nous éprouvons est pleinement constitutif de nous-même, au même titre que ce que nous pensons. Lorsque la matière du corps devient sensible elle crée également de la pensée sensible une pensée qui naît lentement de la matière mouvante du corps et non de la réflexion. Une pensée inédite, nouvelle, qui émerge dans l'instant. Les pensées créatrices, fécondées par le rapport à l'immédiateté, transgressent les limites de toute connaissance ; et l'on se laisse naître alors à sa liberté que l'on ne retrouve dans aucun autre endroit, dans aucun autre état.

Peut-être pouvons-nous y trouver un lieu de convergence avec le questionnement de Grotowski qui proposait la conquête d'une « *spontanéité plus haute que la spontanéité primordiale. Le niveau lucide de la spontanéité* ». (Grotowski, cité par Leão, 2002, p.204)

Cette phase, « *consiste à laisser s'exprimer ce mouvement dans nos mots, nos gestes, nos actes. C'est tout le travail de l'expression créatrice* ». (Bois, 2001, p. 198)

C'est l'instant de congruence de soi au vivant, dans sa dimension holistique, où l'on se laisse être touché par la Vie qui advient, où l'on se laisse naître à la délicatesse de son geste, au souffle poétique de son verbe, au déploiement libre de son expressivité authentique, où l'on se laisse advenir à l'inédit de sa pensée... "*Il y a des moments absolument organiques qui embrassent toute l'humanité*", écrit Pessoa.

#### 2.2.4 La neutralité active

La réciprocité actuante suppose une posture de neutralité active. Cette posture désigne une attitude intérieure à deux faces : une attitude active procédant d'une intention d'aller à la rencontre de la chose observée, et une attitude neutre qui correspond à une suspension, à une attente protentionnelle, c'est-à-dire, une attente patiente et attentive de ce qui est juste à venir

*« De cette position d'auto-empathie, il s'agit alors d'élargir l'attention pour inclure l'autre et laisser venir ce qui est à venir sans jamais perdre la propre perception de soi. C'est là, qu'à mes yeux, commence le travail, c'est-à-dire, celui de se laisser toucher par l'autre, de percevoir qui il est, où il se trouve, quels sont ses points de vue, quel est son présent, et trouver avec lui les solutions thérapeutiques ou pédagogiques qui lui sont propres. Emmener l'autre dans la relation à son mouvement, par la perception en temps réel de ce qui est en train de prendre place dans le théâtre intérieur de son corps, de ses pensées. Nous sommes alors plongés, l'un et l'autre, dans une relation intersubjective qui devient consciente. »* (Bois, 2001, pp. 207-208)

## 2.2.5 La présence

De la présence à soi à la présence en soi .....

*« Je vous jure que je vis l'émerveillement de chaque rencontre, de chaque seconde, de chaque lumière, sans candeur naïve, mais dans l'intensité de la présence. Je parle de bonheur par pudeur mais ce qui m'habite en vérité est plus fort encore. »*

C Singer Derniers fragments d'un long voyage.

*« Je lui obéis en vivant, spontanément,  
en homme qui ouvre les yeux et voit  
et je l'aime sans penser à lui  
et je le pense par l'œil et par l'oreille  
et je chemine avec lui à toute heure »*

Fernando Pessoa

Nous identifions 4 niveaux de présence qui s'emboitent

- Etre présent au temps suppose un rapport qualitatif ;
- Etre présent à soi au temps convoque un autre niveau de profondeur,
- Etre présent à soi dans le temps et l'action qui est en train de se faire
- Etre présent à soi dans le temps et l'action en train de se faire, tout en étant présent à la présence en soi.

*« Il s'agit de fondre ces deux étapes en une seule, d'être présent en même temps à son expérience et à soi dans l'expérience. Ainsi, ce qui est important, ce n'est pas seulement être en relation avec l'expérience (ce que pourrait être le ressenti) mais aussi s'apercevoir au sein de l'expérience (ce qui en est l'éprouvé). » (Bois, 2006, p. 135)*

Nous discriminons ici la présence **à soi**, que nous avons déjà largement évoqué, de la présence **en soi**. Cette dernière emporte avec elle une dimension holistique dont beaucoup de nos contemporains se sont coupés. Minkowski, père de la psychiatrie phénoménologique, postulait l'existence chez l'homme d'une aspiration à « fusionner avec le cosmos » au sens d'un plus grand que soi, une potentialité. Il parle de « conflit cosmique » chez les personnes en perte de sens, coupées de leur dimension holistique. A un certain « degré » d'enrichissement perceptif au sensible, la personne peut être amenée à rencontrer et faire l'expérience intime d'une présence délicate, aimante, mouvante et émouvante, douée d'intelligence subtile au coeur de son être; un instant fondateur où l'immensité toute entière s'ouvre à l'intérieur de soi et dévoile à l'homme sa divine humanité. Un instant où l'homme accouche à la beauté intacte de sa propre humanité.

“Il y a des moments absolument organiques qui embrassent toute l'humanité”;Fernando Pessoa

## 2..3 La temporalité du sensible

### 2.3.1 L'immédiateté

*Est immédiat ce qui surprend la raison, comme un implosion  
partant d'un inconnu actif pour se finaliser dans la pensée.  
L'intuition immédiate surgit quand on s'extrait du probable.  
C'est le verbe de l'inconcevable, un élan qui surprend et jaillit  
de l'inconnu.*

Danis Bois

*“Tout sentir de toutes les manières, tout vivre de toutes parts, Etre la même  
chose de toutes les façons possibles en même temps Réaliser en soi, l'humanité  
de tous les moments en un seul moment diffus, profus, complet et  
lointain...” Tout est la raison d'être de ma vie”*

Fernando Pessoa

*Tu vis, dis-tu, dans le présent; mais moi je ne veux pas le présent, je veux la  
réalité; Je veux les choses qui existent, non le temps qui les mesurent »*

Fernando Pessoa

Le concept de l'immédiateté, proposé par la psychopédagogie perceptive s'avère original au sens où il n'est pas entrevu comme une notion temporelle mais plutôt spatiale; Nous parlons de la sphère ou du lieu de l'immédiateté comme lieu d'intensité dans l'enceinte du corps. Danis Bois avance que c'est le rapport au silence qui est la voie de passage à la dimension créatrice de l'immédiateté.

Le lieu de l'immédiateté n'est pas celui d'un temps, mais d'une intensité, « d'une intensité éprouvée » (Austry, 2006, p. 4) « L'immédiateté est comme une intensité qui se déploie dans un temps suspendu, à l'opposé d'un temps se déroulant dans une inconscience corporelle. C'est bien dans l'enceinte du corps que se joue le devenir de l'immédiateté. » (Bois, 2006, p. 185)

### 2.3.1.1 l'immédiateté créatrice

Le rapport à l'immédiateté porte en lui un potentiel de créativité – « une idée de nouveauté vécue corporellement » – qui implique pour la personne le raffinement constant de sa capacité perceptive pour pouvoir interagir toujours plus intensément avec *l'événement qui se donne à l'intérieur du corps*. *L'éprouvé est en relation étroite avec la notion d'immédiateté : l'éprouvé est un acte de l'immédiateté.* » (Bois, 2006, p. 187)

Il n'y a pas d'immédiateté sans un rapport, c'est ce qui est devant soi qui vient à soi. Il est pertinent de préciser qu'on ne parle pas de l'immédiateté, on parle depuis le lieu de l'immédiateté.

Il ne « souffre » d'aucun point de vue à priori, d'aucun référentiel et suppose un état de coïncidence avec son processus de vie. La condition de l'immédiateté est d'être dans un point partout à la fois au sens où chaque seconde est un instant de sa totalité. Pénétrer le lieu de l'immédiateté suppose un rapport qui met le sujet dans un lieu précis, un lieu d'émergence spontanée qui porte sa part d'inconnu et d'imprévisible. Il requiert une synchronicité avec l'émergence du mouvement interne, avec une orientation sans temps de latence en accompagnant le flux continu de la matière qui se temporalise dans la vie de la personne.

L'immédiateté est avant tout un état de présence à soi, à l'autre, libéré du temps de latence et de la distance.

A l'intérieur de soi, le temps est continu, il y a des manifestations de l'immédiateté sous la main du thérapeute sous la forme d'une résistance évolutive qui participe à l'incarnation et à l'épaisseur de l'immédiateté. La tension régénératrice exponentielle ou point d'appui en est une manifestation incarnée.

Nous l'avons dit, c'est un lieu, c'est une force, son expression est en mouvement. L'expression de l'immédiateté est le mouvement substantiel de vie qui se temporalise dans notre corps.

Paradoxalement, le meilleur moyen de pénétrer sa sphère n'est pas dans l'urgence de poursuivre le temps mais au contraire dans la plus grande lenteur. Le rapport à l'immédiateté porte en lui un potentiel de créativité.

En résumé, le concept de l'immédiateté, convoque une temporalité inédite. L'immédiateté est envisagée comme un espace, un lieu avec celui qui se déroule en soi, c'est-à-dire dans l'espace de son corps, et c'est la rencontre de soi et du temps dans soi qui fait le temps de la présence à soi. On ne peut pas faire la différence entre «habiter le temps» et «habiter son corps». Ces deux dimensions donnent le sentiment d'habiter son moi en tant que sujet vivant dans le monde. Il y a dans cette expérience, une qualité de présence qui apprend quelque chose de soi. C'est dans cette adéquation entre le temps et le moi que réside le processus de croissance auquel nous avons accès en temps réel. En fait, dans cette atmosphère corporelle, nous accédons à des pensées spontanées,

*« L'immédiateté restitue donc à l'être humain la possibilité infinie de modifier sa vie à chaque instant. L'immédiateté nous place dans le lieu du déploiement de notre pouvoir-être »* disait Heidegger, en nous donnant, comme l'évoque Bernard Honoré (2003, p. 58) : *«Le sentiment d'être soi-même créateur, dans un monde en perpétuel engendrement».*

*« Les pensées créatrices, nées du rapport à l'immédiateté, transgressent les limites de toute connaissance ; et l'on aperçoit alors une liberté que l'on ne retrouve dans aucun autre endroit, dans aucun autre état. L'immédiateté créatrice. Une idée spontanée de l'immédiateté est une notion de temps présent qui se déroule. Pourtant, s'il n'y a qu'un flux continu de moments présents qui se succèdent, on n'a pas le temps d'éprouver un présent. Dans l'idée d'immédiateté on assiste à un «écartement» du temps entre le moment juste passé et le moment juste à venir. Le lieu de l'immédiateté n'est pas celui d'un temps, mais d'une intensité, d'une intensité éprouvée »* (Austry, 2006, p. 4).



*« Dans le terme immédiateté, j'inclus tous les phénomènes intérieurs qui se révèlent dans l'instant du présent. L'immédiateté ajoute ainsi à la notion de présent, l'idée de nouveauté vécue corporellement. L'immédiateté est comme une intensité qui se déploie dans un temps suspendu, à l'opposé d'un temps se déroulant dans une inconscience corporelle. C'est bien dans l'enceinte du corps que se joue le devenir de l'immédiateté. » (Bois, 2006, p. 185)*

### 2.3.2 Le rapport au silence

Nous retrouvons chez Danis Bois le même intérêt pour le silence pour les autres metteurs en scènes et performer : *« J'ai appris que la qualité du silence qui se dégage d'une personne livre en partie la qualité de sa présence à son corps. C'est pourquoi l'apprentissage du rapport au silence passe toujours, selon moi, par la médiation du corps. » (Bois, 2006, p. 184).*

Le silence est omniprésent dans la méthodologie de la psychopédagogie, en situation statique comme en situation dynamique. *« Dans le travail avec Danis Bois, le silence n'est pas anesthésique ou retrait de soi, mais au contraire contient dynamisme, élan, impulsion, engagement fluide. C'est à partir du silence que le performer trouvera l'immersion totale dans le lieu du processus créateur. » (Leão, 2002, p. 211).*

Le silence permet la lecture de l'instant :

*« Le silence révèle le mouvement ou l'immobilité. Il constitue la toile de fond à installer en soi, chez l'autre et dans les lieux où je travaille. Les propositions de travail s'appuient sur lui et les effets de mon action apparaissent grâce à lui, car il est extrêmement sensible. Le silence est une matière vivante et mouvante, il est créateur et en même temps support de la création. » (Bois, 2001, p. 197)*

Le silence permet la lecture de l'instant et constitue le support de la création; la lenteur, quand à elle, de capter et donner de l'épaisseur à l'immédiateté. La lenteur est entrevue comme le meilleur outil pédagogique pour accéder à l'immédiateté au sens où elle permet de travailler la présence à soi et à ses

contours : plus il y a de segments concernés par la lenteur, plus on pénètre la profondeur de l'immédiateté.

- la lenteur permet un *paroxysme perceptif* au sein du geste, en « obligeant » le sujet à poser son attention sur son acte perceptif ;

- cette attention trouve dans la lenteur une opportunité à être intensive de façon continue, durant tout le trajet du geste et sans interruption ;

- la lenteur oblige à une présence toute particulière à un « en-soi », et offre de cette façon l'accès, à travers un geste objectif, à la subjectivité contenue dans ce geste ;

- la lenteur permet de découvrir l'existence d'un motif d'agir avant le mouvement ;

- elle permet par ailleurs la découverte des invariants du geste ;

- Enfin, la lenteur facilite une auto-explicitation du contenu de l'expérience.

*« Cette vitesse est celle de la vie, de l'écoulement du temps dans nos corps. C'est une progression lente qui nous emmène au fil de notre vie, d'étape en étape, de phase en phase. Un déroulement qui finalement, bien loin de tout sentiment de brièveté, nous offre au contraire la perception d'une éternité corporelle à vivre. C'est une lenteur extrême, douce, épaisse, puissante, « inarrêtable » et forte de ce fait. » (Danis Bois, 2007)*

### 2.3.3 Le rapport à l'éprouvé

*C'est au nom de ce que nous vivons  
que la décision de changer nous prend.*

Danis Bois

L'acte d'éprouver est une faculté qui nous permet de saisir l'événement sensible qui se donne à l'intérieur de l'expérience immédiate qui s'intensifie avec l'expérience. Il existe des étapes qui correspondent à différents degrés d'intensité de la conscience perceptive :

*« La première correspond à «je perçoit» : il ressent (...) sans forcément faire quelque chose de cette sensation. (...) La deuxième étape correspond à «je perçois que je perçois» : (...) il en prend acte, il est présent à sa perception. La troisième étape est celle du je perçois les effets de ma perception» : le patient est attentif non seulement à sa perception, mais aussi en même temps aux effets produits dans son corps par le fait qu'il perçoit. Ces effets sont ressentis notamment sous la forme d'états d'âme particuliers qui émergent de la profondeur du corps. C'est ce que j'appelle les tonalités. C'est ici qu'intervient l'éprouvé, quand la personne devient capable de capter ces tonalités et de se laisser toucher par elles, au point parfois de se laisser transformer par elles. » (Bois, 2006, p. 136)*

La dernière étape correspond à la perception du sensible, où la personne se laisse toucher par la relation avec son corps et s'établit une réciprocité entre le sujet et sa propre expérience. *« Le patient est attentif non seulement à sa perception, mais aussi en même temps aux effets produits dans son corps par le fait qu'il perçoit. Ces effets sont ressentis notamment sous la forme d'états d'âme particuliers qui émergent de la profondeur du corps. C'est ce que j'appelle les tonalités. C'est ici qu'intervient l'éprouvé, quand la personne devient capable de capter ces tonalités et de se laisser toucher par elles, au point parfois de se laisser transformer par elles. » (Bois, 2006, p. 136)*

« La personne en processus de formation et en de quête de sens ou de santé est invitée à découvrir une nouvelle façon de s'habiter et d'habiter le monde, ainsi qu'une nouvelle manière de penser, de réfléchir, d'agir et d'interagir. La personne s'éprouve donc différemment et elle « éprouve » les choses autrement. La manière d'éprouver son corps, son mouvement, ses perceptions, sa pensée s'inscrit mieux dans la temporalité de sa vie, elle est plus accordée avec la vie. L'acte d'éprouver se comprend ici comme un certain rapport à l'expérience, caractérisé par le fait d'être à la fois et en même temps le sujet d'une expérience, l'artiste et le spectateur de cet expérience. Cette expérience, convoque un regard nouveau sur : sa spatialité, sa temporalité, sa corporéité, la question de l'altérité. Il y a donc un matériau disponible dans la relation au corps qui offre la possibilité d'une construction de nouveaux rapports aux quatre items précédemment cités : la spatialité, la temporalité, la corporéité et l'altérité. Finalement cela participe à la reconstruction d'une nouvelle manière « d'être à soi » (Article Bois-Rugira 2006) au monde, « *une naissance à l'éternelle nouveauté du monde.* » F. Pessoa

#### 2.3.4 La potentialité

*« Je suis de la dimension de ce que je vois et  
non de la dimension de ma propre taille.. »*

Fernando Pessoa

*Il nous faut accepter notre existence aussi « vastement » que possible ;  
tout, même l'inouï, doit y être possible. C'est au fond le seul courage  
qui nous soit demandé : être courageux pour faire face à tout ce qui  
nous adviendra de plus bizarre, de plus étrange, de plus inexplicable.*

Rainer Maria Rilke

*« Nous vivons chaque jour dans la proximité d'expressions sensibles qui sont  
en nous et que nous ne percevons pas. Il ne s'agit pas là de l'inconscient tel  
que décrit par Freud, mais de la non-reconnaissance d'un potentiel perceptif  
présent en chacun de nous. Un potentiel physiologique qui dessine un homme*

*plus grand, plus total, plus présent à ce qui le constitue, doué d'une écoute protentionnelle (terme choisi par Husserl pour décrire «ce qui est juste à venir») qui capte le contenu d'un ressenti. » (Bois, 2001, p. 180)*

### **Définitions générales**

D'une manière générale la notion de potentialité est confondue avec la notion de compétence. La potentialité, pour qu'elle s'active, nécessite obligatoirement la rencontre avec un médiateur générateur de réactions, d'actions et de créativité. Tandis que la notion de compétence peut être innée ou acquise, elle ne fait pas intervenir un processus dynamique qui s'adapte à un principe d'immédiateté. La notion de compétence implique une évolution au long cours, c'est un mode éducatif qui active des facultés latentes.

### **Devenir ce que l'on est réellement**

De manière générale, le psychopédagogue attire l'attention sur l'absence de signification comme facteur responsable de troubles. Comme autre facteur de troubles, nous lui associerons celui d'un déphasage de la personne avec la potentialité de son être, autrement dit, le sujet est à côté de sa potentialité comme s'il vivait une double vie dont l'une se ferait au détriment de l'autre et qu'il convient de réactiver par des supports d'intervention spécifique.

### **Un principe évolutif**

On définit ici la potentialité comme étant l'être profond qui conduit toujours vers un plus, une amélioration, une force de changement qui invite à un dépassement de soi. Réponse à un Principe d'Immédiateté

Dans ce contexte, la potentialité n'est pas entrevue comme un contenu en attente d'être activé, mais comme une faculté propre à l'être vivant de s'adapter aux événements. En quelque sorte, c'est une réponse préréflexive, c'est une vivacité à capter la potentialité contenue dans chaque événement,

dans chaque information, en découvrant en son sein un principe actif déclencheur de potentialité humaine.

Mais il y a également une vivacité à capter tout un processus dynamique interne que seule la perception peut capter... et enfin la potentialité implique obligatoirement un acte de conscience de la pensée, de l'éprouvé et de l'agir mais aussi une ouverture à tous les possibles.

### **La potentialité dans la SPP et l'art performatif : Rencontre des Regards**

Dans notre approche, la potentialité est une réalité tangible et perceptible dans le corps, qui peut être en partie dévoilée à la conscience grâce à une démarche spécifique. Elle cesse alors d'être une énigme pour se dévoiler sous la forme du mouvement interne envisagé dans sa fonction de *principe de renouvellement*.

A la croisée de l'art performatif et de la psychopédagogie, la notion de potentialité prend toute sa profondeur.

« *Quand je travaille dans l'art c'est bien évident que je ne m'adresse pas à un artiste mais à l'être humain indifférencié, à l'être humain dans sa profondeur.* »

(Bois, 2003). Peut-on aussi envisager qu'il y ait un artiste derrière chaque homme riche d'un potentiel sensible de création de lui-même. Il s'agit là de permettre les conditions de rencontre de sa potentialité d'auto-créativité à travers la qualité de rapport à son propre mouvement interne, une immersion inédite dans sa coulée de vie.

Grotowski, lui, proposait une vision pédagogique qui donne un sens organique à la notion de potentialité qu'il définissait comme : « *quelque chose comme le potentiel dans un corps humain d'un courant quasi biologique d'impulsions qui vient de l' « intérieur » et qui va vers 'accomplissement d'une action précise* » (Richards, 1993, p. 104).

L'action pédagogique de la Psychopédagogie Perceptive s'appuie, elle aussi, sur la notion de potentialité. Nous émettons que chaque individu porte en lui toute la puissance de la vie, même si le rapport que chacun établit avec sa propre force interne de vie varie considérablement d'un individu à un autre.

L'objectif de la pédagogie est d'entraîner la personne à contacter et pénétrer sa potentialité, qui, dans cette approche, correspond à une réalité tangible et perceptible dans le corps. Le mouvement interne, peut être en partie dévoilée à la conscience grâce à une démarche spécifique de perception : « il y a une seule potentialité ; que l'on peut faire passer d'un état d'imperception à un état de perception. » (Bois, 2003, note de cours). Il s'agira alors de s'impliquer perceptivement pour capter l'activité intime qui se joue dans l'arrière-scène du geste visible. C'est le lieu de la subjectivité cinétique, le lieu du déploiement de soi à l'intérieur du mouvement.

La potentialité, envisagée ici, emporte avec elle une donnée dynamique, d'un processus qui se déploie, comme l'expression d'une logique du vivant. Elle contient la notion d'éducabilité et de formativité. Les conditions de son déploiement sont : - l'extra quotidienneté

le déplacement : il s'agit d'amener le sujet d'un lieu à un autre lieu, d'un passage d'un état vers un autre état pour donner une nouvelle compétence de vie à la personne jusque là inexplorée.

Le contact à sa propre subjectivité : le rapport à soi est au coeur du déploiement de la potentialité. L'intelligence sensorielle est entrevue comme le lieu où peuvent se déployer toutes les autres formes d'intelligences identifiées par Gardner, à condition qu'il y ait apprentissage. C'est à partir de l'enrichissement perceptif que va s'engager une réflexion au sens où le vécu interne permet de développer des capacités intellectuelles, de tirer de la connaissance et du sens de la sensation. Son déploiement ne peut se manifester qu'au contact d'une nouveauté. Il nécessite un -acte de reconnaissance du vécu de l'expérience,-un acte de discrimination pour donner du sens.

La connaissance par contraste entre un état nouveau et un état ancien permet au sujet de se découvrir dans des aspects de lui-même qui n'avaient jamais été révélés. Dans cette logique, La rencontre d'un état nouveau révèle l'état ancien qui se dissout de lui-même à l'instant où il se révèle. Ce concept clé s'avère très pertinent pour valider le transfert d'une sensation, vers un sens en tant que

signification, compréhension, orientation et valorisation, et en finalité, du sens vers l'action.

La potentialité en tant que force interne d'adaptation associée au rapport au mouvement interne offre donc à la personne l'opportunité de rencontrer en elle cette force organique, active, intelligente, d'ouverture à tous les possibles, de naissance à son propre advenir.

Ce potentiel, envisagé comme un espace vierge au cœur de soi qui n'a pas été atteint par les blessures de l'histoire individuelle, est commun à tous. Il existe un « espace » comme en parle avec poésie Christiane Singer (2001, p. 74) : « [...] *que rien ne menace, que rien n'a jamais menacé et qui n'encourt aucun risque de destruction, un espace intact, celui de l'amour qui a fondé notre être.* ». L'originalité de cette approche réside, on l'a vu, dans le fait que c'est une déficience de la perception qui en est l'obstacle.

Le projet que propose alors la pédagogie du sensible consiste à créer les conditions d'accès, de retour à ce lieu « pur », intact et de reconnecter la personne au principe vivant de croissance et de renouvellement en et à soi.

### 2.3.5 L'advenir

Cette partie fera l'objet d'une plus large discussion en dernière partie . nous donnerons ici la définition très précise qu'en donne Danis Bois et Didier Austray dans la revue *réciprocité* N°1

*« Lorsqu'on pénètre le lieu du sensible, la temporalité se donne d'abord sous la forme d'un lieu actif qui se déploie en permanence vers le devenir. Et donc, dans un premier temps, la temporalité s'appréhende sous une forme spatiale. Ici, l'immédiateté n'est pas une succession de moments présents isolés et séparés les uns des autres, mais une ouverture de ces moments qui se fondent ensemble pour donner à ce présent une épaisseur, une réalité de matière, donnant un sentiment tout autant spatial que temporel. Ensuite, ce lieu est également ouvert à l'attente protentionnelle du sujet, pour reprendre un terme*



*de Husserl, qui accueille aussi le devenir en soi. La temporalité est alors envisagée comme posture, comme attitude du sujet, tournée vers ce qui se déploie, vers ce qui se dessine lentement à sa perception, et même vers ce qui n'est pas encore présent à son attention. L'étude de ces différentes possibilités a alors donné naissance au modèle de l'advenir. Il y a, d'un côté, la part mobile du sensible, processus dynamique qui porte le sujet vers le futur, et de l'autre côté, il y a la part immobile du sensible, qui accueille le mouvement de la temporalité à venir. C'est ce double mouvement qui définit ce que nous entendons par advenir. »*

## 2.4 La posture pédagogique

La motivation première, qui anime l'action thérapeutique, pédagogique ou artistique consiste à être dans un état de résonance maximum, afin de l'éveiller chez ses patients, et étudiants, ainsi que chez le spectateur lors de l'action scénique. C'est un état de profonde empathie avec le mouvement qui nous anime et avec celui de ceux qui sont présents à l'acte quel qu'il soit. C'est un état qui permet de ressentir la vie qui est là, tragique et comique, joyeuse et mélancolique, joueuse et sérieuse, forte et fragile, fine, puissante, délicate, intense, douce à la fois, la vie qui vit tout simplement. La résonance, c'est la vie, la vie qui nous touche de son souffle chaud et qui en effleurant les cordes de l'être sensible libère dans le corps des mouvements mélodieux.

### 2.4.1 L'accompagnement

*La tâche qui attend chaque être humain est  
de devenir de plus en plus soi-même.*

*André Paré*

*Accompagner c'est se joindre à quelqu'un  
pour aller où il va en même temps que lui.*

*Maëla Paul*

*Il n'est pas de question de s'éveiller tout seul,  
mais de faire grandir le tout.*

Yvan Amar

« Il y a plus à apprendre de ses pas que du lieu où l'on va. » D. BOIS

« Nous ne sommes pas là pour nous bercer les uns les autres, mais pour nous réveiller ensemble, pour réveiller en nous la Mémoire endormie de l'Alliance fondatrice de notre être, nous demander comment accéder de neuf à ce qui est. » C Singer (2001, p.73)

Yvan Amar (2005, p. 38) exprime en ces termes à propos de son propre travail : « *Dans mon enseignement, j'ai voulu au contraire que les personnes entrent en relation les unes avec les autres, qu'elles oublient un objectif personnel d'éveil, de libération, et reconnaissent qu'on ne peut grandir qu'ensemble, en prenant le risque de l'autre, en entrant en relation profonde avec l'autre dans la mesure où celui-ci est l'occasion d'aller voir ce qu'on n'est pas capable de voir seul.* » Notre approche d'accompagnement du changement humain s'inscrit dans une perspective transdisciplinaire tout en s'inspirant du courant phénoménologique Maëla Paul (2004, p. 79) : « *Le verbe accompagner ne dit rien de ce que l'on fait en le faisant. Accompagner – à moins d'être intégré à un objectif, à un contexte, qui le spécifie – ne signifie rien d'autre que d'être auprès de cela/avec/et partager.* »

L'accompagnement est une forme spécifique de pratique et d'ouverture relationnelle à l'existence qui vise tout à la fois des personnes que les ensembles qu'elles constituent comme le couple, le groupe, la famille, la communauté ou encore les organisations. Comme le disait si bien Le Bouëdec (1998), « accompagner ce n'est ni suivre ni diriger. »

Ce n'est pas non plus tenir compagnie. C'est une mise en jeu de soi dans une relation à l'autre qui implique d'être. Maëla Paul (2004, p. 313), abonde dans

le même sens en ces termes : « *Celui qu'on accompagne est donc un sujet autonome et un être en formation : l'homme comme personne désigne cette tension entre ce qu'il est et ce qu'il est appelé à devenir.* », l'espace d'accompagnement contient également les deux protagonistes de la relation en marche vers l'advenir de leur devenir. En science psycho sociales, c'est un processus de transformation de forme qui est accompagné, pas de transmission de connaissances. Ce processus est mis dans les mains de l'apprenant, que G. Pineau nomme « le sujet s'auto-formant », l'accompagnement s'inscrit dans une narrativité, une mise en discours des histoires de Vie en vue de construire une identité narrative chère à Ricoeur. Cet accompagnement s'inscrit dans une quête dynamique du devenir. C'est ce devenir qui rend la processus essentiel. On ne se fixe pas à son histoire mais on s'intéresse à l'histoire du chemin, à la trace du processus comme « pierre de gué », image de MC Josso, pour servir à soi et à la communauté.

L'enjeu avancé est de devenir acteur de sa vie et non plus l'héritier. Faire son histoire de Vie, c'est faire le choix de naître à sa parole au sein d'une communauté humaine en résonance, de quitter le temps chronologique pour aller à la rencontre du temps vécu, dans des temps de remémorations intenses pour s'inscrire dans un projet et s'engager dans son trajet. Jeanne-Marie Rugira (dans Josso, 2000 p. 58) résume bien cette idée lorsqu'elle écrit que : L'exercice autobiographique implique des allers et des retours dans le temps, entre un futur incertain et un passé perdu. Il implique aussi la capacité d'habiter son présent, d'aller à la rencontre de soi, de celui que l'on fût, de celui que l'on s'imagine être, mais surtout de cet autre qui advient ».Ce qui est formateur réside ici aussi dans le rapport à ses interactions.

La pratique d'accompagnement en somato-psychopédagogie est elle aussi, une pratique formative par excellence, car elle constitue non seulement une mise en forme de soi comme personne en advenir, mais aussi une mise en forme de sa pratique et de son expression dans le monde . Avec Bernard Honoré (2001, p. 150) nous pensons que :Lorsque, dans l'action, nous nous accomplissons dans certaines de nos possibilités, nous sommes dans un rapport de coappartenance formative avec tout ce qui constitue le monde, c'est-à-dire que le monde nous

forme et que nous formons le monde .Accompagner en somatopsychopédagogie devient ainsi une œuvre en faveur de la transformation de soi et de l'autre; un accompagnement qui s'enracine dans l'inter réciprocity actuante dont le projet d'existence consiste à « être ce que j'advieus ». C'est la relation au sensible qui nous met au contact d'un processus dynamique où se frottent force de renouvellement et force de rétention dans un double mouvement duquel jaillit une résolution. De cette qualité d'expérience du corps, verbalisée, pour offrir à la pensée la possibilité de se dilater, naît une manière d'être et » d'accoucher « à soi et surtout au vivant en soi tout à fait singulière.

#### 2.4.2 La réciprocity actuante et l'empathie

*« Vivre et donc percevoir en temps réel la nature et les effets que le rapport à l'autre déclenche en soi et en l'autre confère, à mes yeux, une valeur créative et une présence au geste thérapeutique artistique ou pédagogique tout à fait incomparable. »* (Bois, 2001, p. 207) Dans sa définition contemporaine, l'empathie c'est une capacité intuitive à partager et à comprendre les états physiques et mentaux de l'autre. C'est une forme de communication non verbale, non réfléchi et immédiate, universelle : une intersubjectivité primordiale commune à tous ; une faculté profondément humaine d'entrer en résonance avec l'autre, d'apercevoir ses attentes invisibles, d'entendre ses besoins inaudibles, de capter ses appels silencieux. Sur la base du travail pratique, la Psychopédagogie Perceptive part du principe que les capacités empathiques sont tout à fait éducatibles et en particulier qu'elles s'améliorent considérablement quand on développe les capacités perceptives de son propre corps. Danis Bois se réfère à C. Rogers (1985) – qui donna à l'empathie un rôle central dans sa pratique thérapeutique – pour préciser que, dans son projet pédagogique, l'empathie ne concerne pas seulement le pédagogue mais aussi le patient, l'élève, et spécialement, chacun envers soi-même. Danis Bois propose

la notion de auto-empathie et celle de réciprocité actuante pour décrire un espace d'intersubjectivité où les sujets sont reliés l'un à l'autre tout en restant en contact avec la propre perception de soi : *« De son côté, la somato-psychopédagogie a comme objectif d'enseigner aussi au patient comment être capable d'empathie. Et avant tout envers lui-même. Nous distinguons clairement l'auto-empathie – la capacité d'entrer profondément en relation avec soi-même – et l'hétéro-empathie – la capacité d'entrer en relation avec les autres. Pour nous, l'hétéro-empathie sera d'autant plus forte qu'elle pourra s'appuyer sur une auto-empathie présente et intense. Dans les deux cas, l'empathie dont je parle repose sur du corps de l'autre. La compréhension intellectuelle réciproque sera une conséquence – heureuse, certes – de l'empathie du sensible, en aucun cas le point de départ de la relation. (...) Ce jeu d'empathie est tellement important dans l'accompagnement du patient que j'ai choisi de nommer cette relation, non pas relation d'empathie, mais relation de réciprocité actuante : actuante parce qu'elle résulte d'un acte conscient des deux partenaires ; et réciprocité parce que, quand patient et thérapeute sont aussi bien en relation avec leur propre sensible qu'en relation l'un avec l'autre, l'asymétrie patient-thérapeute s'efface au profit d'une communauté de présence*

Cette réflexion est au coeur de notre étude qui interroge la nature de l'acte authentique de médiation du pédagogue et les conditions qui le favorisent. Dans la notion de « communauté de présence », on retrouve le lieu de l'implication perceptive et de l'immédiateté créatrice, le lieu où l'acte perceptif du sensible – percevoir l'autre et laisser venir ce qui est à venir sans jamais perdre la propre perception de soi – devient le support de l'acte pédagogique.» (Bois, 2006, p. 139)

Résonance, auto-empathie.

*« Le travail proposé par la Psychopédagogie Perceptive développe une conscience perceptive propre à la saisie des phénomènes immédiats qui se donnent au sein de l'expérience corporelle éprouvée. Ces phénomènes sont perçus par nous et en nous. Le développement d'un intense état de résonance à soi est un des effets de la pédagogie du sensible. Etre dans cet état intense de*

*résonance est la condition première pour éveiller le même état chez l'autre, élève, patient, spectateur. « La résonance du mouvement sensoriel c'est ce qui permet de passer du fait de se mouvoir au plaisir de se mouvoir. » (Berger, 1999, p. 129). Pour le pédagogue, cette position d'auto-empathie est une des conditions premières pour établir un rapport d'empathie avec l'accompagné : « Le secret est d'être touché par ce que l'on observe, écoute, vit, ressent de l'autre mais d'abord de soi-même. Il est toujours plus facile d'être touché par l'autre si l'on sait être touché par soi. C'est cela la résonance du mouvement (... )» (Bois, 2006, p. 87).*

Nous voyons donc que l'empathie, comme capacité humaine à entre en résonance avec l'autre, dans une intersubjectivité primordiale commune à tous, constitue un enjeu essentiel dans notre approche. La psychopédagogie perceptive vise à enseigner à la personne comment être capable d'empathie. Et avant tout envers elle-même.

Nous distinguons clairement l'auto-empathie – la capacité d'entrer profondément en relation avec soi-même – et l'hétéro-empathie – la capacité d'entrer en relation avec les autres. Danis Bois ajoute « *Pour nous, l'hétéro-empathie sera d'autant plus forte qu'elle pourra s'appuyer sur une auto-empathie présente et intense. Dans les deux cas, l'empathie dont je parle repose sur l'éprouvé corporel avant tout : l'éprouvé de son propre corps et l'éprouvé du corps de l'autre. La compréhension intellectuelle réciproque sera une conséquence – heureuse, certes – de l'empathie du sensible, en aucun cas le point de départ de la relation. (...) Ce jeu d'empathie est tellement important dans l'accompagnement du patient que j'ai choisi de nommer cette relation, non pas relation d'empathie, mais relation de réciprocité actuante : actuante parce qu'elle résulte d'un acte conscient des deux partenaires ; et réciprocité parce que, quand patient et thérapeute sont aussi bien en relation avec leur propre sensible qu'en relation l'un avec l'autre, l'asymétrie patient-thérapeute s'efface au profit d'une communauté de présence.*» (Bois, 2006, p. 139)

Toute relation d'aide implique un lieu d'échange à deux ou plusieurs, c'est à dire un lieu où l'on est disponible à l'accueil de l'autre. De fait, il s'opère un double mouvement qui consiste à aller vers l'autre et à accueillir l'autre.

En SPP, l'inter-réciprocité actuante est un lieu d'échange réciproque qui implique que les protagonistes vivent une expérience commune d'où se dégage une singularité d'expérience sur la base d'une circulation d'informations dont le substratum est la relation consciente au mouvement interne. Le mouvement interne est le lieu de dialogue et d'échange des informations. Ce lieu d'échange entraîne un processus évolutif qui bonifie l'information; l'observant influence l'observé et vice versa dans une symétrie. Nous parlons ici, de « boucle

évolutive » du rapport au sensible. Les personnes se potentialisent mutuellement et réciproquement tant dans le plan du vécu corporel que dans le déploiement des facultés et connaissances. C'est donc un lieu de rencontre entre soi et une altérité ou un groupe qui porte la capacité de potentialiser et d'unifier. On ne se situe pas dans sphères affectives, émotionnelles ni interprétatives, mais en amont, dans un lieu de neutralité active : être proche tout en étant à la distance juste, au carrefour d'une expérience commune et singulière, au cœur d'une contagion psycho-tonique unifiante.

Le terme « actuante » fait référence à un effort, un choix de devenir présent à soi au sein de l'expérience.. Ce lieu d'échange intersubjectif génère une influence réciproque qui circule entre l'accompagnant et l'accompagné, selon une boucle processuelle qui se construit en temps réel. L'évolution est simultanée, tant dans le monde de la préhension des sensations, dans le développement des degrés de conscience que dans la saisie des significations. Ce qui est déclenché est mouvant, dynamique; il appartient aux protagonistes d'être en congruence avec cette mouvance, dans une régulation en temps réel. de manière consciente tout en reconnaissant leur singularité dans l'expérience.

### 2.4.3 La directivité informative

La directivité informative est un guidage gestuel ou verbal qui intervient au moment où l'on sollicite une information inédite pour la personne. Le pédagogue, à l'abri de toute démarche inductive, est garant de l'information qui ne serait pas apparue d'elle-même et intervient au nom d'un modèle universel, et d'invariants pour amener la personne à faire l'expérience d'un nouveau point de vue depuis un nouveau lieu. Le corps est interrogé pour dégager de nouveaux compréhensifs. La directivité informative.

La pratique de la Psychopédagogie Perceptive montre qu'une personne non entraînée se perçoit mal, ou peu, ou pas du tout. Un constat que F. Varela (1989), neurobiologiste contemporain, soulignait en disant : « La capacité d'un



sujet d'explorer son expérience n'est pas spontanée. C'est une habileté qu'il faut cultiver, c'est un véritable métier qui demande un entraînement, un apprentissage. » (Varela, cité par Bois, 2006, p. 126). En décrivant l'approche pédagogique de la Psychopédagogie Perceptive, Danis Bois commente : « Le type de perception que nous cherchons à développer chez le patient n'est pas disponible spontanément. C'est la raison pour laquelle notre stratégie pédagogique consiste toujours à prévenir le patient de la nouveauté perceptive qui est à découvrir dans l'exercice proposé. C'est le principe de la directivité informative. La personne n'est pas invitée à «croire» quoi que ce soit, mais à découvrir par sa perception corporelle l'agencement d'un geste tel qu'il se déroule, dans toutes ses composantes, et qui devient accessible parce que la consigne du somato-psychopédagogue lui a permis d'y poser son attention. » (Bois, 2006, p. 127)

« En effet, le formateur construit des conditions d'expérience corporelle, inédites, inhabituelles, extra-quotidiennes dans le but de répondre au postulat suivant, central dans la psychopédagogie perceptive : le contact conscient avec la nouveauté constitue la plus grande opportunité d'apprentissage. Le principe de base de cette «pédagogie des conditions» est d'organiser des lieux d'expérience qui sollicitent l'étudiant tant sensoriellement qu'intellectuellement. L'objectif de la directivité informative est d'enrichir les structures d'accueil en place grâce à l'expérience vécue inédite et concrète. En mettant en œuvre des «surprises pédagogiques» le formateur permet l'accès à des horizons inconnus plaçant l'étudiant dans une posture où il fait l'expérience de lui-même. » (Bois, 2005, p. 139)

Dans le cadre pédagogique de la Psychopédagogie Perceptive, le caractère inédit des consignes et des questions du pédagogue a, donc, une fonction pédagogique. C'est pour ça que le premier geste du pédagogue consiste à la mise en place d'un cadre extra-quotidien d'expérience qui a la force de mettre d'emblée la personne dans une relation non familière à soi pour que la nouveauté puisse commencer à produire ses effets. Ensuite, son action a comme objectif d'accompagner la personne à dégager une compréhension de

l'expérience corporelle éprouvée, un processus qui ne serait pas réalisable sans la sollicitation active, mais non inductive, de la directivité informative. Une attitude pédagogique, donc, qui ne limite pas la posture active et autonome de l'apprenant qui s'engage singulièrement avec les consignes du pédagogue dans son processus de réflexion et d'intégration de l'expérience. En fait, la Psychopédagogie Perceptive considère que la connaissance doit être assimilée et régulée par le propre sujet et le rôle du pédagogue est justement celui de solliciter des prises de conscience pour que la personne puisse mieux structurer en soi l'expérience vécue.

#### 2.4.4 Le point d'appui

Je regarde le point d'appui comme un principe, et un outil, de création essentiel, universel et invariant, qui peut devenir disponible en conscience à tout à chacun. » (Bois, 2001, pp. 202-203) Le point d'appui constitue un élément pratique essentiel de la Psychopédagogie Perceptive. Il correspond à un temps de suspension du mouvement, un temps de concentration de l'activité interne. C'est un temps d'écoute et de dialogue avec l'intense activité intérieure que le corps produit. C'est avec le point d'appui que le potentiel de vie du corps est appelé à se mobiliser : « Après un point d'appui il y a toujours quelque chose de neuf, de différent à percevoir. Le principe de point d'appui peut être appliqué dans toute sorte de circonstances : du point d'appui du travail manuel et gestuel en somatopsychopédagogie, au point d'appui que concerne le dialogue vocal et le travail de l'expression. Il y a également le point d'appui à la pensée circulaire qui ne produit rien de nouveau ou d'original, le point d'appui posé sur une décision à prendre ou encore le point d'appui nécessaire à tout travail créatif en cours. (...) je regarde le point d'appui comme un principe, et un outil, de création essentiel, universel et invariant, qui peut devenir disponible en conscience à tout à chacun. » (Bois, 2001, pp. 202-203)

Tout en gardant les différences avec l'abordage pédagogique de Barba, qui ne se rapporte pas à l'expérience du « mouvement interne », on trouve des analogies significatives entre la notion de sats et celle de point d'appui de

Danis Bois. Le point d'appui crée des points de rencontre entre l'éprouvé et la pensée.

## 2.5 La question de la création de l'être dans l'art

### De l'acte pédagogique performatif

#### 2.5.1 L'apport de l'art comme récréation

Pour Stanislavski, nous viendrions au monde avec une capacité créatrice innée. Seulement, constate-t-il, elle n'est pas automatiquement à notre disposition, l'inspiration semblant être le plus capricieux des dons. Quelle est donc cette potentialité qui ne se donne pas facilement ? Lui faut-il des conditions particulières pour qu'elle consente à se dévoiler enfin ?

Avec la phénoménologie, le corps devient le centre du monde ; c'est à travers le corps que se construit le rapport qui touche l'homme en tant qu'œuvre de vie. Son instrument est le mouvement, qui est de toute action, de toute création. Il s'immisce dans le pinceau trempé dans la peinture qui fixe l'œuvre sur une toile. Il s'infiltré dans la matière brute, modelée, martelée par le sculpteur. Il se livre dans l'expression d'une danse. . Au final, ce qui est beau n'est peut-être pas l'objet en lui-même mais l'âme, celle du philosophe ou celle du poète, qui hisse toute chose à la hauteur de la qualité de l'être.

Stanislavski, de son côté, invite à revisiter le rapport à l'art, et confère à ce dernier un statut tout particulier : « *Nous ne devons pas nous aimer nous-même dans l'art, mais l'art en nous-même* ». D'extérieur, l'art devient intérieur ; il n'est pas lieu ou espace extérieur à l'homme, dans lequel on se regarde, on s'exprime, on se joue, ou on se montre. L'art est une propriété même de la condition humaine, le lieu de créativité propre à tout homme. Quand l'acteur plonge sa « supra-conscience », pour reprendre un terme de Stanislavski, dans la racine de l'art, il touche le lieu de la créativité irréfléchie. « Dieu, que c'est beau », se dira l'acteur, tandis que le spectateur s'exclamera « C'est beau comme Dieu ! »

Telle est la quête de Grotowski : faire toucher à travers l'art une « haute connexion » laïque, où Dieu serait seulement la beauté qui se dévoile de ce lieu qui jaillit du réel.

Éduquer l'homme à cette vision de la beauté, du réel et du vrai dans l'art, n'est-ce pas d'une manière certaine un processus de retour à soi ? La nature du langage artistique utilisé importe peu : arts plastiques, arts du spectacle vivant, là n'est pas la question. Ce qui importe, pour les grands réformateurs de l'art performatif, est ce qui précède la mise en forme, ce qui se dessine jusqu'aux moindres détails dans l'enceinte du corps, en amont et à l'abri d'une mentalité trop prégnante. « *Le peintre apporte son corps* », dit Valéry, tandis que Merleau-Ponty surenchérit : « *On ne voit pas comment un esprit pourrait peindre. C'est en prêtant son corps au monde que le peintre change le monde en peinture* »

Pour bien comprendre Merleau-Ponty, il faut saisir que si l'esprit ne peut peindre à lui seul, le corps ne le peut davantage. Le débat sur la dualité du corps et de l'esprit est clos pour Merleau-Ponty : l'éclosion de la pensée fondatrice et le corps s'entrelacent dans une unité féconde qui est justement celle qui transporte la création à son firmament. Probablement que Grotowski veut abonder dans ce sens quand il souligne des pensées et émotions naturalistes : « *Selon moi, le but essentiel, c'est l'acte total. L'acte qui nous permet de dépasser notre schizophrénie quotidienne où nous sommes divisés entre nos pensées et nos émotions, entre notre âme et notre corps, entre notre visage pour les autres et notre visage pour nous-même, entre notre conscience et notre inconscience* »

## 2.5.2 L'apport de l'art thérapie

On ne sait pas à quel point nous sommes profondément inconnus et étrangers à nous-mêmes.

Friedrich Nietzsche

L'art thérapie est un courant qui cherche à se dégager d'une vision psychanalytique où seul un travail sur le psychisme résout les troubles de la

personnalité, et où l'interprétation prend en mains le problème du sujet. L'art thérapeute cherche à créer une attitude et des conditions pour mettre la personne dans un lieu sans censure, pour créer un état où les choses peuvent s'exprimer. Il propose, par l'art, une autre forme de langage où peut se révéler ce que l'on ne peut pas dire avec les mots.

L'important en art thérapie, n'est pas l'œuvre créée mais plutôt le processus de création. Les règles sont posées mais rien ne présuppose ce qui va figurer. L'œil entraîné du thérapeute traque le répétitif, les habitudes, les stéréotypes, les stratégies d'évitement, les systèmes de facilitation. Ce qui est important, c'est le changement, la transformation que l'acte produit en la personne. La nouveauté. Ce qui guérit, c'est la révélation. Le regard qui change. La problématique est regardée comme une force créatrice qui, à un moment donné a été inhibée, figée par les interdits, et s'est retrouvée bloquée. Elle est donc un potentiel enfoui, une véritable force intérieure qui ne demande qu'à être libérée pour s'exprimer et vivre

#### Les concepts clés de l'art-thérapie

Nous émettons quatre idées fortes constituant peut-être les piliers de l'art thérapie.

1. Dans tout art-thérapie, il y a l'idée qu'il s'agit d'unifier l'art comme création et la thérapie comme recreation de soi.
2. L'art-thérapie vise à favoriser et à accompagner la création afin que l'auteur puisse accoucher de lui-même et devenir inventeur de sa vie.
3. Découlant du point précédent, il n'y a comme exigence pour le thérapeute, concernant la qualité de la production, que de traquer le stéréotype, le répétitif, qui empêche le processus de création de se déclencher.
4. L'art-thérapie procède d'une visée de recentrement sur soi, afin que puissent surgir des faits de conscience immédiats.

### 2.5.3 L'apport l'art thérapie performative

L'art-thérapie performatif, que nous souhaitons introduire dans ce mémoire comme discipline, invite à une exposition corporelle directe sollicitant intensément les processus d'empathie psychobiologique. Ces derniers reposent sur des signaux non verbaux, des mobilisations physiologiques intenses et subtiles, des contagions tonicopsychiques et des résonances coenesthésiques. Nous reprenons ici à notre compte cette constatation de J.-P. Klein : « L'art-thérapie réintroduit les sens non réduits à l'intellect. Le sens n'est pas la signification, il est multiple, il est aussi allé dans tel sens, c'est la sensibilité, c'est la sensualité, c'est la sensivité. »<sup>1</sup> A travers la quête du sens, nous questionnons la quête de l'ancrage identitaire organique et de la naissance à soi. « *L'art-thérapie est la rencontre de l'art, c'est-à-dire d'un processus de création, avec la thérapie qui est un processus de création de soi-même* »<sup>2</sup>

Entre mouvement et sensible, nous sommes conduits à questionner l'expérience, à développer l'hypothèse que toute expérience est plus « *performante* », au sens authentique et total, quand elle est éprouvée. Cette condition engage la personne dans sa totalité et génère alors des transformations de la personne plus efficaces. Nous observons là que la dimension de l'empathie que nous avons traitée plus haut, est un préalable invariant, sans lequel il ne peut y avoir une circularité d'échanges qui conditionne l'expérience génératrice de transformations : moment de psychothérapie intensif, intime, rare, lieu de changement qui laisse libre cours à quelque chose d'inattendu, échappant à toute préparation. Mais les choses ne s'arrêtent pas à cet abord corporel : à la donnée du corps, l'art-thérapie performatif associe celle du mouvement et de sa logique interne.

L'homme moderne a perdu la capacité de se mouvoir et de s'émouvoir ; Ayant perdu son savoir cinétique, il a perdu son expérience. Perdant son expérience, il

a perdu l'art du lien, cette pratique qui lui permet de relier ses actes entre eux et de leur donner une cohérence interne. Dépourvu de véritable pensée motrice, il ne sait plus s'orienter, ni dans son monde intérieur ni dans son environnement social. Cette absence de signification peut être assimilée tout simplement à une perte de sens : « *je ne sais plus quel sens donner à ma vie* » au sens existentiel; « *je ne sais plus quelle direction prendre dans ma vie* ».

Nous sommes souvent confrontés, dans notre pratique, à ce processus d'inertie qu'il convient de résoudre. Il est un fait que le mouvement qui, normalement, devrait animer l'entièreté du corps de la personne accompagnée, a souvent déserté des régions du corps atteintes par « le chaos » de l'histoire individuelle. Tout l'enjeu de notre démarche est de revivifier, de réactiver un réel élan de vie dans la personne, de redonner une fluidité, une malléabilité et une sensorialité<sup>3</sup> à son corps. Il s'agit de créer les conditions qui permettent à l'individu de se connecter à ce lieu intact et vierge en lui; un lieu porteur de sa propre force de résolution et d'auto-régulation, où se meut toute la puissance du vivant. En effet, la présence du mouvement dans le corps est une chose, mais pouvoir le percevoir en est une autre. Percevoir la présence du mouvement interne et les effets de son principe d'auto-régulation dans le corps est essentiel au projet de renouvellement de la personne que porte la somato-psychopédagogie.

L'objectif majeur est donc d'identifier des invariants, dans le but de créer et d'instaurer les protocoles visant à éduquer la personne dans l'accès aux nuances de l'expérience du mouvement interne dans l'enceinte du corps; Nous postulons que le mouvement interne porte en son sein le potentiel de création et d'advenir de la personne en quête de sens ou de santé. L'approche de l'art-thérapie performatif s'appuie justement sur le mouvement pour créer les conditions d'une « expérience intime » ; nous formulons l'hypothèse que le cadre et le contenu d'expérience du rapport au sensible proposés par la psychopédagogie perceptive, en convergence avec la donnée performative de l'émergence créatrice en et de soi, sont capables de relancer le processus de sens; un sens porteur de signification, de valeur, d'orientation et de compréhension pour la personne. Les outils d'accordage somato-psychique spécifiques à la SPP ouvrent la voie à cette perspective. Dès lors, Nous émettons l'hypothèse que,

ayant renoué avec sa cohérence profonde et sa globalité, grâce à un accordage corps/esprit, la personne se trouve réactivée dans son processus de transformation et d'avènement à l'action dans sa Vie .

L'accordage somato-psychique comme le précise Danis Bois est « *l'action par laquelle le somato-psychopédagogue rétablit un dialogue entre le psychisme et le corps. [...] Son but est d'installer un profond sentiment d'unification entre toutes ses parties : d'abord entre les parties de son corps : le haut et le bas, l'avant et l'arrière, la gauche et la droite, le dos et le visage, etc. ; puis aussi et surtout entre toutes les parties de son être : son intention et son action, son attention et son intention, sa perception et son geste, sa pensée et son vécu.* » (Bois, 2006 p.103) C'est le sens du mouvement quand celui-ci donne sens à la vie. « *Ce sont dans les détails aperçus de soi que l'on se reconnecte à soi ; on se réapproprie sa totalité.* »

Conduire une pratique corporelle, c'est amener l'autre à vivre dans l'intimité d'un corps dont il se croit séparé, l'éveiller à l'intelligence qui anime son corps par une prise de conscience de l'abolition des séparations corps-pensée et organisme environnement L'art-thérapie performatif visera à la reconscientisation et à la réappropriation vécue de l'émergence de la création dans une production gestuelle. L'expérience dont il s'agit ici n'est pas disponible à une perception naturaliste ; il y a nécessité de créer des conditions d'accès spécifiques, en utilisant un cadre d'expérimentation « extraquotidien », terme qui coïncide avec la quête du performeur quand celle-ci va dans le sens de « la chose me touche comme je la touche ».

#### 2.5.4 L'organicité

Le premier principe que nous retenons de l'art performatif émane de la question centrale qu'il pose : n'y a-t-il pas, en amont du geste visible, une organicité libérée de la contrainte et des blocages mentaux en conflit avec le somatique ? Comme l'écrit T. Richards, et c'est peut-être un premier indice de compréhension : « Nous vivons à une époque où notre vie intérieure est dominée par le mental discursif [...] nos expériences deviennent de plus en



plus plates, nous ne percevons plus les choses directement, comme un enfant, mais plutôt comme des signes dans un catalogue qui nous est déjà familier. » Plus généralement, l'homme s'achemine de plus en plus vers un état de division, comme le souligne J.-M. Pradier : « Nous fonctionnons dans un mode de dissociation totale [...] Il y a dans l'évolution humaine comme une fragmentation de plus en plus poussée qui tend à établir une distance de plus en plus importante entre la source physique (signal) et la pensée de cette source (signe). »

Dans ce contexte, on voit poindre des phénomènes de limitation de l'expression qui renvoient à une rupture entre une poussée intérieure, vécue en temps réel, et un monde en différé, vécu avec distanciation. Face à ces constats, il ressort que la personne humaine n'est pas totalement elle-même dans son mode de communication. Probablement a-t-elle le souhait profond de dire ce qu'elle ressent, sans pouvoir le formuler. Et parfois, dans les moments les plus durs de sa vie, elle ne parvient même plus à ressentir son « avant-scène » expressive. Elle lutte sans le savoir contre la tendance qui l'entraîne dans une distanciation inéluctable envers son intériorité. Les pratiques de l'art-thérapie performatif lancent ainsi un véritable défi : la restauration du retour à soi, en ouvrant une voie de résonance organique qui touche l'Être au plus profond. Nous prolongeons là, à n'en pas douter, un des aspects les plus forts de la réflexion de Maslow quand il crée la psychologie de l'être, ou psychologie de l'intérieur.

Il y a donc, dans l'organicité, quelque chose qui dépasse la dimension purement physique, invitant constamment à l'unité du corps et de l'esprit. Une forme d'engagement du corps physique qui porte en elle un courant d'impulsion qui vient du dedans : « 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. »

Même si le profane n'aperçoit pas de différence entre un geste organique, habité et un autre qui ne l'est pas, la différence est pourtant évidente pour un œil averti. C'est sur cette différence que Grotowski distinguait, par exemple, l'art spectaculaire de l'art performatif lors d'une conférence au Collège de

France où il professait : « Chez l'acteur organique, il y a action. Ce qu'on voit, c'est que tout son corps est vivant, il y a une vie là-dedans... Des impulsions prolongées dans l'action. Tandis que chez l'acteur non organique, il y a simplement geste [...] Ces gestes ne sont pas vraiment vivants, pas vraiment enracinés dans le corps. Il y a une domination du geste, une domination de la gestuelle. »

Il y a dans ces propos une indication évidente concernant la qualité du rapport que la personne peut établir avec son geste. Ce qui est vrai pour l'artiste l'est encore plus pour la personne qui souffre d'une absence de relation avec elle-même et avec les autres. À travers les actions physiques, il apparaît évident que l'on peut toucher au plus près, par le regard et par le sensible, l'ambiance qui règne entre le psychisme et le corps. On comprend mieux alors cette distinction de Grotowski entre l'art spectaculaire, où l'accent est essentiellement mis sur ce qui se voit, et l'art performatif, où l'accent est essentiellement mis sur le processus intérieur de l'acteur. L'acteur y montre à voir ce qu'il ressent.

Avec cette approche, on se frotte à la mystérieuse impression que la sève créatrice de la vie coule quand elle ne rencontre aucun obstacle : « Ces propos explicitent qu'en amont de toute expression se trouve une structure organisée, sous-tendue par des logiques, régie par des principes qu'il est possible de décrire et d'analyser : « Le propre d'une action, c'est qu'elle est nécessairement faite d'une certaine manière (pas n'importe comment) et qu'elle est donc susceptible d'être expliquée. »

## 2.5.5 La pré expressivité

### 2.5.5.1 La pré expressivité chez Barba

Barba s'est longuement interrogé sur l'existence d'un niveau de travail de l'acteur danseur antérieur au travail de la signification de ses actions : « *Existerait-il un niveau de l'art de l'acteur où celui-ci serait vivant, présent, mais sans rien représenter ni rien signifier ?* » (Barba, cité par Leão, 2002, p. 87).

C'est en rencontrant et en observant des acteurs du monde entier, en particulier les artistes des formes stylisées des théâtres orientaux, que Barba a défini le niveau pré-expressif. Ce niveau, selon Barba, serait déterminé par l'utilisation d'une technique corporelle qui, dépassant les conditionnements ou habits que le corps exprime dans le quotidien, permettrait à l'acteur l'accès à une qualité de présence scénique extra-quotidienne. Il s'agit d'un niveau où l'acteur danseur se centre sur les processus organiques de ses actions à la source du travail d'élaboration des signes et des représentations.

*« Le fondement du pré-expressif est englobé dans le niveau d'expression totale. [...] Mais en maintenant la distinction pendant le processus de travail, l'acteur peut intervenir sur le niveau pré-expressif, comme si, pendant cette phase, l'objectif essentiel était l'énergie, la présence, le bios de ses actions et non leur signification. »* (Barba, dans Leão, 2002, p. 87)

#### 2.5.5.2 Entraîner la pré-expressivité

Les notions de « modulation du flux énergétique » et de « sats » représentent les principes de base qui règlent le travail de l'acteur sur la pré-expressivité. Les autres principes, l'équilibre de luxe, le principe de l'opposition et le principe de l'omission, constituent les moyens pratiques qui permettent, selon Barba, à la fois la modulation de l'énergie et la danse des sats.

Pour Barba, ces « principes-qui-reviennent », communs aux acteurs et danseurs de différentes traditions théâtrales, permettent « *d'engendrer la présence scénique, le corps en vie capable de rendre perceptible ce qui est invisible : l'intention.* » (Barba, dans Leão, 2002, p. 90).

#### 2.5.5.3 Sats

Une première façon d'envisager la notion de sats désigne le moment préparatoire qui précède l'action : « *Dans l'instant qui précède l'action, quand toute la force nécessaire est déjà prête à se libérer dans l'espace, mais comme*

*suspendue et encore retenue, l'acteur expérimente son énergie sous la forme de sats, préparation dynamique. Le sats c'est le moment où l'action est pensée-agit par l'organisme tout entier qui réagit avec tension aussi dans l'immobilité.»* (Barba, 1993, p. 87) Il s'agit d'un moment essentiel, où l'impulsion et l'intention sont déjà présentes et ont déjà mobilisé toute la charge tonique anticipatrice de l'action en état potentiel, « *le moment où l'on est sur le point d'agir, l'instant qui précède l'action dans l'espace, quand toute l'énergie est déjà présente, prête à intervenir, mais comme suspendue, encore retenue.* » (Barba, dans Leão , 2002, p. 93).

Selon Barba, la suspension de l'énergie ne se réduit pas à un aspect du processus dynamique de l'action : la pause est le lieu où la vie de l'action physique se construit, comme un point d'appui « *Le secret d'un rythme "en vie" [...] est dans les pauses. Ce ne sont pas des arrêts statiques, mais des transitions, des mutations entre action et action. Une se termine et se retient une fraction de seconde – contre-impulsion – dans le même temps qu'elle se transforme dans l'impulsion de la prochaine action.* » (Barba, dans Leão 2002, p. 92)

Pour Barba, le sats est le lieu où la distance entre la pensée et l'action disparaît, le lieu où l'acteur peut faire l'expérience de l'immédiateté et de son impact sur la créativité : « *Le sats est l'explication technique de ce lieu commun selon lequel le don de l'acteur consiste à savoir répéter le spectacle comme si chaque fois l'action jaillissait décidée pour la première fois. Le travail sur le sats est le chemin pour pénétrer dans le monde cellulaire du comportement scénique, et éliminer la séparation entre pensée et action physique qui caractérise, par économie, le comportement de la vie quotidienne (...).* » (Barba, 1993, p. 91)

Il ajoute : « *Le sats est une minuscule décharge qui permet à la pensée d'innover l'action et de s'éprouver comme pensée-action, énergie, rythme dans l'espace.* » (Barba, dans Leão, 2002, p. 93).

Une autre façon d'envisager la notion de sats désigne les moments de transition, de passage, de mutation entre une séquence d'action et une autre : «*Nous constatons alors que ce que nous appelons "énergie", ce sont en réalité des sautes d'énergie. Le principe de l'absorption de l'action, les sats, la capacité d'établir le passage d'une température à l'autre, sont les divers stratagèmes pour produire et contrôler les sautes d'énergie qui donnent vie au monde subatomique du bios de l'acteur* » (Barba, dans Leão, 2002, p. 92)

Un corps-en-vie se caractérise par une plasticité rythmique, par une capacité à entendre et à laisser transparaître sa pulsation organique, par des modulations constantes dans le continuum de ses actions. Dans cette acception du terme, le sats est la subtile décharge d'énergie qui modifie le cours et l'intensité de l'action ou l'interrompt à l'improviste. Il est un moment de transition qui débouche sur une nouvelle posture qui implique un changement de tonicité du corps tout entier.

### 2.5.6 Conclusion

Le mouvement peut-il être considéré comme le primat de la création ? C'est d'une certaine façon mettre entre parenthèses les différentes formes de l'art. Il ne s'agit pas de sous-estimer les langages artistiques que sont le théâtre, la danse, la peinture,... mais de poser « l'événement dynamique » mis en œuvre dans toute production comme impulsion première qui se détache des déterminismes transportés par chacun des arts. Le paysage qui reste à découvrir alors livre à proprement parler l'itinéraire d'un pur voyage intérieur qui ne se modifie pas en fonction d'un extérieur. Ce qui compte, c'est de séparer les « gestes creux », ou simple gesticulation, de la « pensée motrice », silencieuse qui s'appuie sur une expérience motrice pour se donner dans une expression cohérente. Quand I. Launay dit : « *voyager dans la matière vivante pour percevoir tous les mouvements qui y ont lieu et tous ceux qui pourraient y être possibles, c'est créer un milieu de danse* » ne peut-on y lire le but de l'art performatif ?

Au final, ce qui importe dans la pratique de l'art n'est pas l'instrument, mais bien l'expérience et la sensation d'un mouvement plein de potentialités; une

posture qui entre en résonance avec celle défendue par psychopédagogie  
perceptive...

## 2.6 La création de l'être un accouchement à sa vie

*« La tâche qui attend chaque être humain est  
de devenir de plus en plus soi-même ».*

André Paré

*« Renaitre à moi, oui c'est cela, Naître à ma Vie, tel est l'enjeu qui  
m'attend! »* 18 Mars 2006 Extrait de mon journal

*« Mourir à chaque instant, non plus comme un désastre mais en  
comprenant à quel point cet apprentissage est celui de la Présence. [...] La vie  
a, d'ailleurs, cette extraordinaire clémence de nous donner à tout moment  
l'occasion de mourir. »* et de naître...

Christiane Singer (2001, p.156) :

*“Nous voyons que la Vie, Celle de notre esprit comme celle de notre corps, est  
en état de transformations et de flux incessants. Un changement radical est  
toujours possible. A chaque instant nous mourrons et renaissions, nous même  
et tout ce qui vit. »*

Sharon Salzberg; *Offrandes; ed de la Martinière, 2003*

*« La vraie vie ne meurt pas, mais implique non seulement la transformation de  
l'objet (vie) mais encore la transformation du sujet « vivant ». Cette  
métamorphose radicale est libération »*

Raimon Panikkar

### 2.6.1 Naissance et passage

La naissance telle que nous l'entrevoions, ancre son sens dans la notion de passage, c'est à dire, un passage d'un état vers un autre état, d'un lieu vers un autre lieu de soi. C'est un temps fondateur en soi....La naissance emporte avec elle les doubles notions de fin, de « mort » d'un état, d'un contexte, d'une relation... et de commencement... La naissance s'inscrit dans une temporalité singulière à la croisée d'un passé et d'un advenir. Elle porte en elle la vie, et tout le potentiel de découverte qui la soutend.

C'est un espace dynamique d'accueil et d'ouverture à tous les possibles, à l'inconnu, qui suppose qu'on laisse « quelque chose derrière », « pour aller vers » ou « laisser venir à. ». L'anthropologue qui veille en moi, ne résiste pas à porter ce regard spécifique sur ce temps fondateur de l'humain.

En tant que rite de passage, la naissance, selon Van Gennep, présente d'un point de vue formel, une structure ternaire associant une phase de séparation où l'individu sort de son état antérieur, une phase de latence où l'individu est entre deux statuts, entre force de renouvellement et force de rétention, et une phase d'agrégation, où la personne acquiert et intègre son nouvel état; un regard, qui entre en voie de résonance avec le constructivisme immanent proposé par Danis Bois.

### 2.6.2 L'éclosion d'une gestation

La naissance, c'est tout à la fois, un passage, une sortie et un accueil, comme on accueille un enfant qui sort du ventre de sa maman. C'est une éclosion à l'issue d'un processus qui peut être long. L'accouchement suppose une gestation au sens de processus, une phase de latence néanmoins active vers quelque chose à venir, qui n'est pas encore disponible à la personne. C'est aussi un accouchement dans ce qu'il engage tout de soi, même si parfois le passage se fait dans la douleur! Nous savons que la croissance de l'être, entre force de rétention et force de renouvellement, n'est pas toujours la voie de la facilité. Cette réflexion invite à faire une passerelle entre le trajet que suit la personne en quête de sens dans son processus de vie en lien avec la donnée du sensible et la symbolique de l'accouchement; un trajet jalonné d'avancées et de replis, de phases de latence et d'élans vers une voie de passage ouvrant à une résolution pour sa vie.

Certes si le trajet est parfois vécu comme une épreuve, l'important est de rester en lien avec son projet et chaque pas que l'on pose dans sa vie... Accoucher de soi, c'est faire corps avec son processus de vie, c'est se créer soi, c'est engager tout de soi dans sa vie.. C'est l'immédiateté créatrice de la personne qui se temporalise et s'actualise au sein même du flux continu. La naissance, c'est

l'émergence organique, spontanée qui jaillit quand s'épousent l'immédiateté et la totalité dans un don, un acte total à la vie.

### 2.6.3 Naissance : un advenir et devenir

*« Et ce que je vois à chaque instant est ce que jamais auparavant je n'avais vu, de quoi j'ai conscience parfaitement. Je sais éprouver l'ébahissement de l'enfant qui, dès sa naissance, s'aviserait qu'il est né vraiment... Je me sens né à chaque instant à l'éternelle nouveauté du monde... »*

Pessoa

**I**l nous faut accepter notre existence aussi « vastement » que possible ; tout, même l'inouï, doit y être possible. C'est au fond le seul courage qui nous soit demandé : être courageux pour faire face à tout ce qui nous adviendra de plus bizarre, de plus étrange, de plus inexplicable.

Rainer Maria Rilke

.En outre, La naissance invite à la découverte, tel un espace neuf, vierge, intact, inexploré presque innocent, non atteint par les aléas de l'histoire.. Quand on naît, on ne connaît pas encore... Naître c'est aussi advenir à l'Être, advenir au monde, advenir à la vie.

C'est précisément une manière très singulière d'être au vivant que nous explorons dans ce mémoire. C'est une posture d'accueil active à ce qui va venir, à ce qui n'est encore là. C'est le futur qui vient s'actualiser dans le présent de la personne! C'est le futur, porteur de nouveauté qui vient à la rencontre de son présent; véritable chiasme de la vie. « *Le passé nous appartient mais nous appartenons au futur* » aime à dire Danis Bois. Il s'agit d'entrer en réciprocité actuante avec sa temporalité, dans une neutralité active où « je vais vers » et je laisse venir « à moi la vie, dans une congruence sans prédominance. Ainsi, la personne s'auto potentialise dans sa relation d'échange et de réciprocité entre elle et sa vie. Le vivant et l'être, deux entités qui se transforment réciproquement dans une contagion tonique, une boucle évolutive, au contact sensible l'un de l'autre. Toute entité vivante veut être honorée, invitée à



retrouver sa fluidité, son aptitude au changement et non pas forcée, fracassée comme un tiroir forcé.

*« Je lui obéis en vivant, spontanément, en homme qui ouvre les yeux et vois  
et je l'aime sans penser à lui et je le pense par l'œil et par l'oreille  
et je chemine avec lui à toute heure »*

Fernando Pessoa

Le devenir quand à lui, emporte aussi avec lui la question du processus, de la mise en trajet vers un projet. C'est un processus de croissance qui va en avant, qui tend vers... Devenir ce que l'on est suppose une projection d'un moi idéal, une « aspiration vers.. » qui suppose un temps de latence entre son présent et son objectif. Cela suppose aussi l'existence d'un soi, déjà là, au creuset de soi qu'il s'agit, tel un spéléologue, d'aller chercher. Dans cet angle de vue là, la notion de la potentialité n'est pas accessible. Par contre, le regard singulier qui consiste à poser son attention sur la découverte de son devenir, est porteur du potentiel de croissance et de renouvellement de l'humain. Il y a un état d'ouverture au potentiel de sa vie. La singularité de naître à son advenir réside dans le fait qu'on épouse son potentiel en temps réel, qu'on « colle » au potentiel créatif de vie sans latence tout en étant engagé dans son trajet à venir.

## 2.7 Retour réflexif et discussion ouverte à l'issue du cadre théorique

« Le passé nous appartient mais nous appartenons au futur. »

Danis BOIS

A l'issue de ce parcours théorique, nous prenons acte que le corps habité n'est donc pas seulement le siège d'un foisonnement de sensations, ni de variations de tonalités, mais il est un lieu d'émergence d'une forme singulière de pensée

et d'expressivité qui se livre dans la relation immédiate au vécu corporel. Vivre, épouser et prolonger dans la poésie de son verbe et de son geste le point de vue qui émerge de notre relation au corps sensible est vécue comme un étonnement, mieux un émerveillement par sa nouveauté et son imprévisibilité. Également, cet instant nouveau est vécu comme une convocation à accueillir une autre manière, nouvelle et inédite, de vivre l'évènement au contact de sa « connaissance immanente », celle qui s'élabore dans la relation à la chair silencieuse.

Entrevue de cette manière, l'autorisation noétique du sensible, comme dirait René Barbier, consiste davantage à se « laisser naître à sa pensée » ou à se « laisser naître à son expression » plutôt qu'à penser ou s'exprimer « à propos de... ». La personne s'éprouve donc différemment et elle « éprouve » les choses autrement. La manière d'éprouver son corps, son mouvement, ses perceptions, sa pensée s'accorde alors avec sa temporalité intime, celle de l'advenir, c'est à dire, dans la rencontre de ce qui est à venir; quand le futur vient à la rencontre de son présent....le chiasme de la vie. Le concept de l'advenir propose une posture neuve et un changement de regard radical sur la temporalité communément envisagée. Il s'agit là d'un véritable « acte total », de présence authentique, d'accueil à ce qu'on ne connaît pas encore, d'ouverture, de découverte d'un inconnu qui est devant soi et qui se donne à soi. Cette qualité de rapport inédite, depuis le lieu de l'immédiateté, nous met en contact avec ce qu'on ne connaît pas encore. C'est un lieu d'émergence spontanée qui porte un « mystère » dans la mesure où l'on s'inscrit dans un processus, un flux continu, qui se trace au fur et à mesure qu'il se donne à découvrir. C'est dans ce sens que nous parlons de performer de sa vie, terme importé du domaine de l'art performatif.

En effet, le processus de création de sa vie est généré par la personne elle-même. La personne est la cause de son avènement créatif par la qualité de présence portée à son lieu d'émergence. Il s'agit de créer les conditions pour que la personne soit l'oeuvre d'elle-même, de son propre avènement. L'oeuvre, c'est la personne, ce qu'elle est advenue et est advenir. La forme, née d'une qualité de rapport singulière à son intime, à son intériorité, à son organicité, se

donne alors à voir dans une action visible à l'extérieur. Dans cet logique, Réciproquement la forme va nourrir le fond, l'invisible au coeur de l'être. Là où Barba parle de « pré-expressivité », Grotowski « d'impulsion » et de « lucidité spontanée », la psychopédagogie perceptive, véritable « thérapie performative » ancrée dans la perception du sensible, parle d'une organicité, soit un pré-mouvement anticipatoire, une intuition organique à l'origine de la mise en action. De là, le sujet se révèle à lui-même et au monde sans temps de latence entre l'impulsion et l'action, dans un « acte total » à sa vie comme le nomme J.Grotowski. En rendant objective son impulsion intérieure dans le même temps il naît à son authenticité et la donne à vivre au monde. Ne caressons-nous pas ici la quête de Grotowski dont le souci était de faire toucher à travers l'art une « haute connexion » laïque, où Dieu serait seulement la beauté qui se dévoile de ce lieu qui jaillit du réel.

« S'ouvrir à un autre être en rendant possible le phénomène d'une «naissance condivise ou double». L'acteur naît à nouveau – pas seulement en tant qu'acteur mais en tant qu'homme – et avec lui je renais. C'est une façon étrange de l'exprimer, mais ce qu'on obtient c'est l'acceptation totale d'un être humain de la part d'un autre être humain. *« Il n'y a pas de différence de temps entre l'impulsion intérieure et la réaction extérieure, de telle façon que l'impulsion est en même temps réaction. »*, ajoute Grotowski.

L'invisible côtoie le visible, le variable cotoie l'invariable, le temps cotoie l'intemporalité sans prédominance. Véritable intelligence, le mouvement interne sait où il va. La croissance de l'être réside dans l'acceptation de l'impermanence et de la non fixité. De fait, la personne devient à la fois « l'oeuvrement « en tant que trace qui porte en elle le processus qui l'a fait naître, et la « transécriture » en tant que trace non définitive, trace qui est advenir, de sa propre Vie. La personne est en même temps le sujet de son expérience, l'artiste et le spectateur de son advenir.. Ainsi, le sens, se donne à soi au fur et à mesure que la temporalité s'y déploie; il est donc provisoire et emporte avec lui sa potentialité mais pas sa totalité.

L'advenir porte en lui sa propre résolution puisque c'est le temps à venir qui va livrer l'information, le sens; le sens comme sensation, comme signification,

comme compréhension, comme orientation et enfin comme valorisation. Nous le voyons bien, cette posture novatrice, implique une manière d'être au monde tout à fait singulière. la personne naît et apprend de la vie qui s'écoule. Tout l'enjeu consiste à créer et maintenir les conditions d'état de confiance et de congruence avec son processus de vie et laisser venir à soi l'information manquante. Chaque seconde est un instant de sa totalité. C'est au sein de sa globalité que la personne naît à l'instant de sa vie. C'est un sens qui se livre et ne se construit pas.

Ainsi, En accédant à l'action qui la meut et l'émeut de l'intérieur, la personne déploie telle une réflexion inédite née d'un autre lieu, puis une mise en mouvement au monde depuis ce lieu vierge, « à l'abri du chaos » et des blocages psycho-affectifs de son anamnèse. Danis Bois est convaincu que c'est au nom de ce que nous vivons, dans cet « *espace que rien ne menace, que rien n'a jamais menacé et qui n'encourt aucun risque de destruction, un espace intact, celui de l'amour qui a fondé notre être.* » comme l'écrit Christiane Singer (2001, p. 74), que la décision de changer nous prend. Le corps devient alors le lieu de son propre avènement identitaire.

*“Nous voyons que la Vie, Celle de notre esprit comme celle de notre corps, est en état de transformations et de flux incessants. Un changement radical est toujours possible. A chaque instant nous mourrons et renaissons, nous même et tout ce qui vit.*

*Sharon Salzberg; Offrandes; ed de la Martinière, 2003*

## Chapitre 3 : Le cadre pratique

### 3.1 Les conditions d'expérience du sensible :

#### Les outils de la somato-psychopédagogie

« Toute entité vivante veut être honorée, invitée à retrouver sa fluidité, son aptitude au changement et non pas forcée, fracassée comme un tiroir forcé. »

Christiane Singer

La somato-psychopédagogie est le fruit des recherches menées depuis plus de vingt-cinq ans par le professeur et praticien-chercheur Danis Bois de l'Université Moderne de Lisbonne et son équipe. Les éléments de réflexion qu'ils proposent sont nés d'un long parcours expérientiel, pratique et théorique, tourné vers le ressenti du corps comme pivot de l'accès à l'expérience humaine.

Cette approche d'accompagnement du changement humain s'inscrit dans une perspective transdisciplinaire tout en s'inspirant du *courant* phénoménologique. La modélisation de cette approche se fait dans le cadre des travaux de recherche réalisés au Centre d'études et de recherches appliquées en psychopédagogie perceptive (Le CERAP) que dirige le professeur Danis Bois. Les conceptions et les pratiques proposées proviennent d'une expérimentation approfondie de la formation expérientielle appliquée au domaine de la santé et de l'accompagnement. Dans leurs parcours de praticiens-chercheurs, Danis Bois et ses collaborateurs ont appris, au sens propre du terme, *à toucher et ainsi à révéler, le lieu du corps où, au plus profond d'une intériorité perçue,*

*on peut se découvrir dans sa capacité d'être un véritable sujet de son expérience.*

Cette approche d'accompagnement prône une pédagogie où le corps et le psychisme sont indéniablement reliés. Ici, la personne est considérée dans sa globalité, comme une unité somato-psychique.

Le somato-psychopédagogue a à sa disposition de nombreux instruments pratiques pour accompagner la personne à aller puiser dans elle des ressources nouvelles, garantes d'un véritable changement. Dans le cadre de cette recherche, comme dans toute démarche d'accompagnement en somato-psychopédagogie, Notre action a été supportée par quatre formes particulières de protocoles d'intervention, à savoir l'accompagnement manuel, (en fasciathérapie), la gymnastique sensorielle ou pédagogie gestuelle, l'introspection sensorielle et l'entretien verbal à médiation corporelle.

### 3.1.1 L'accompagnement manuel à médiation du mouvement interne

La démarche d'accompagnement à médiation du corps sensible débute en principe par un accompagnement manuel. C'est la première mise en situation pratique pour ouvrir le sujet à la dimension sensible de l'expérience dont l'objectif principal consiste à rétablir un rapport au corps, en vue de l'incorporer dans le champ de conscience de la personne et d'enrichir ainsi son rapport au monde. Allongé sur une table le praticien pose les mains à différents endroits du corps du patient. Par une pression à la fois douce et ferme, son toucher va concerner le 'cœur du corps', dans un dialogue tissulaire qui va générer des modulations toniques. »À la limite entre visible et invisible, entre objectif et subjectif, entre palpable et impalpable, la dynamique de nos tissus est extrêmement riche et se dévoile au praticien dès que celui-ci mobilise des ressources attentionnelles spécifiques, se donnant les moyens d'un accroissement de sa compétence perceptive » souligne Danis BOIS (thèse doctorale p.115; mars 2007) Par la qualité de son toucher, le praticien va générer des modulations toniques, fluctuations permanentes de la consistance

des tissus, et solliciter par des points d'appui, la force de résolution et d'auto-régulation que porte le Mouvement interne. Ce type de toucher manuel vise accorder la personne, dans le retour d'unité somato-psychique. La personne fait alors l'expérience de tonalités subtiles, douces, de changements d'état, et des fluctuations délicates fluides et unifiantes. Elle est amenée à poser un regard inédit sur son vécu intérieur et sur sa vie.

Ces exercices sont réalisés d'abord en position assise et ensuite en position debout dans un enchaînement de mouvements codifiés et organisés qui redonnent au corps non seulement la cohérence, mais aussi la conscience de sa physiologie. La personne accompagnée apprend de cette manière à reconstruire la cohésion naturelle des différents segments de son corps au sein d'une globalité gestuelle. Le retour à la globalité de son corps permet de gagner en présence à son corps et au monde. Ce passage du toucher au geste permet de s'entraîner à passer à l'action avec la même conscience que celle déjà entraînée en posture couchée et immobile.

Comme l'indique avec pertinence Danis Bois (2005, p. 20), accompagner en gestuel, c'est faire œuvre de pédagogie : *« La pédagogie gestuelle se poursuit par un enchaînement de gestes réalisés en position debout, dans lequel la personne est pleinement actrice de ce qu'elle fait, de là où elle va, de comment elle s'y prend. Cet enchaînement spécifique repose sur un ensemble de gestes codifiés très simples, symétriques, évolutifs, qui génèrent un état de repos, de sérénité, d'équilibre, propice à une réflexion intérieure constructive. »*

Danis Bois et ses collaborateurs ont soigneusement créé des enchaînements de mouvements respectant la physiologie du corps et de ses mouvements<sup>4</sup>. Pratiquer la gymnastique sensorielle nous place dans le défi d'entraîner notre attention à s'ouvrir à l'intériorité de notre corps au cours de notre action et à apprendre à sortir de nos habitudes attentionnelles trop focalisées qui ne savent pas s'ouvrir à plus d'une chose à la fois. L'accompagnement manuel à médiation du corps en mouvement permet à la personne de développer sa conscience perceptive. Petit à petit, il sera possible pour le patient d'entrer en relation de perception avec le mouvement interne, avec cette animation qui meut sa matière. Grâce à ce nouvel « exploit

perceptif », il aura accès à ce sentiment de lui-même inédit donné par ses perceptions organiques. La personne se ressent différemment. C'est ainsi que des détails de sa vie intérieure, absentes à sa conscience jusqu'à présent lui sont révélés. Son sentiment d'être vivant et d'exister se trouve alors consolidé et pleinement ancré dans ce nouveau rapport à son corps.

### 3.1.2 La pédagogie gestuelle

*« On découvre ainsi que la connaissance de soi peut passer par la connaissance de son mouvement. »*

Agnès Noël

Si la pédagogie manuelle crée un premier niveau d'éveil de la perception du sensible chez le patient, la pédagogie gestuelle vient dans un deuxième temps pour consolider et faire évoluer le processus d'autonomisation de la personne dans cette même perception. Elle est un outil qui intervient ici pour faire faire à la personne « un pas de plus dans une mise en action de soi au service de la perception du sensible » car la personne est ici active dans l'installation de ces sensations.

En termes simples, la dynamique de la découverte est ici : bouger pour se ressentir, bouger pour s'apercevoir, bouger pour apprendre de son mouvement. Loin de la performance motrice, La personne est invitée à habiter son geste en investissant la dimension de présence à soi au sein de son action. Bouger gestuellement, pour l'apprenant, c'est en effet se « mettre en action dans des dimensions de soi qui ne sont pas mises en jeu lors de la simple intervention manuelle du praticien. » (Leão, 2002 ; Berger, 1999, 2006)

La pédagogie gestuelle est là pour permettre à la personne d'apprendre à construire un nouveau rapport à son propre mouvement et à lui donner une valeur significative, en lui proposant des conditions d'expérimentation du



mouvement gestuel dans d'autres conditions que les conditions usuelles (Noël, 2001 ; Berger, 2006).

Le pédagogue propose des enchaînements de mouvements qui reproduisent, de manière visible, les formes et les trajets du mouvement interne. Les mouvements demandés sont lents, amples, coordonnés, ils respectent l'organisation naturelle des gestes et installent ainsi dans le corps une fluidité sans effort. Ainsi est progressivement restaurée la cohérence naturelle des différents segments du corps au sein d'une globalité. La personne fait l'expérience d'une sensation de légèreté, de malléabilité, d'unification, sentiment de douceur et d'un goût de soi, un sentiment d'existence, le goût de se sentir plus vivant..Progressivement les gestes et les enchaînements de vitesse, de cadence, les orientations et les amplitudes possibles du mouvement interne, se synchronisent avec celui-ci, contribuant à maintenir et à activer sa présence dans le corps

### 3.1.2 .1 La gymnastique sensorielle au cœur de l'accompagnement gestuel

*« On découvre ainsi que la connaissance de soi peut passer par la connaissance de son mouvement »*

Agnès Noël

La gymnastique sensorielle est une pratique corporelle qui permet à la personne de réaliser des gestes simples et ainsi de se découvrir autrement à travers son corps et son organisation. D'après les travaux de Danis Bois et ses collaborateurs, les mouvements sont toujours réalisés dans une lenteur bien spécifique. Hélène Courraud-Bourhis (2005, p. 16) précise que c'est :[...] une vitesse de déplacement constante, particulièrement lente, et une fréquence de deux cycles d'aller et retour par minute. C'est cette lenteur reconnaissable du mouvement qui lui confère sa propriété sensorielle, faisant de lui un véritable « organe de perception » de la matière du corps.

Cette vitesse particulière séquencée en bouts de mouvements de quinze secondes chacun, donne l'opportunité à la personne de sortir de ses habitudes motrices et, comme le rappelle une fois de plus Hélène Courraud-Bourhis (2005, p. 10), « permet de percevoir, pendant sa réalisation la globalité coordonnée du corps et les effets procurés par le mouvement. » Elle sollicite non seulement une nouvelle forme d'attention à son corps, mais aussi une relation renouvelée avec soi. Construire un nouveau rapport à son corps, permet de se rapprocher des parties de soi dont on s'est éloigné et qui en sont devenues bloquées ou absentes de la globalité du corps.

En prenant ainsi l'habitude de se mouvoir au diapason de son mouvement interne, la personne apprend à porter plus souvent son attention sur son intériorité, et plus spontanément. Ainsi, elle produit et capte davantage d'informations venant de la sensibilité interne de son corps ; elle enrichit sa capacité à saisir, puis à catégoriser, les phénomènes qui apparaissent à sa perception durant le déroulement du geste et établit un transfert ses nouvelles capacités perceptives dans le quotidien de sa vie; un quotidien qui peu à peu s'inscrit dans une plus grande proximité avec la dimension du sensible. La pédagogie gestuelle et son mouvement codifié sollicitent non seulement une nouvelle forme d'attention à son corps, mais aussi une relation renouvelée avec soi. Construire un nouveau rapport à son corps, permet de se rapprocher des parties de soi dont on s'est éloigné et qui en sont devenues bloquées ou absentes de la globalité du corps.

### 3.1.3 L'expressivité libre : quand le corps naît à sa forme : un mode d'accès à l'advenir

« Les yeux pleins de ciel je franchis les marches d'empire  
Les rayons brillent en feux d'étoiles...  
Je touche aux confins  
L'espace vient à ma rencontre  
Et je danse...

Je danse ma Vie... »  
Extrait de mon journal d'itinérance

*« Même quand il danse, il ne bouge pas  
quand il ne bouge pas, il danse lumière est sa danse »*  
Yvan Amar, les nourritures silencieuses, p.34.le relié poche

*« La vie est une danse!  
Elle ne danse pas pour aller quelque part,  
C'est la nature même de la vie de danser, danser la vie »*  
Yvan Amar »

D'un mouvement codifié où les contraintes d'orientation, de cadence et d'amplitude jusque là garante de la bonne conduite et de l'accès à la profondeur de l'expérience, vont progressivement s'effacer. Seule demeure, dans un premier temps, la consigne de la lenteur comme cadre à l'expérience car elle est garante de l'accès et du maintien au lieu de l'immédiateté créatrice, en évitant tout dilution de la présence. Il s'agit d'abolir la distance entre l'âme, l'état d'âme et l'expression...

Depuis le lieu de la lenteur, nous glissons sur les rails de la physiologie du mouvement pour établir le rapport perceptif au pré-mouvement, ce qui va nous permettre d'habiter et de vivre notre geste. Avec l'entraînement et l'expérience, il est possible de travailler sur des vitesses plus rapides. Debout, ou assise puis debout, guidée par la présence empathique du pédagogue, la personne est progressivement amenée à pénétrer son expressivité libre.

L'exercice de l'expressivité, convoque la personne dans un double acte simultané « d'incorporation », au sens de rapatriement de la personne à son propre corps et « d'ex corporation », au sens d'oser exporter ce qui naît de l'intériorité vers l'extérieur. L'expressivité invite la personne à engager tout d'elle dans un acte total; C'est montrer à voir ou à dire ce qui est caché, oser être ce que l'on est advenu. Portée par une musique douce, la personne pénètre alors le monde subtil de l'éprouvé, de l'état d'âme. Telle une sculpture organique mouvante et émouvante, la personne se laisse découvrir au fur et à

mesure qu'elle prend forme. Elle se laisse toucher, émouvoir par la finesse subtile de relation avec son corps. Une véritable réciprocité actuante s'établit entre le sujet et sa propre expérience. Dans ces conditions de perception, le corps devient la caisse de résonance de l'expérience, permettant la présence à soi dans l'acte de se percevoir. L'expression proviendra d'une source organique et authentique dont l'intention n'est autre que d'être.

### 3.1.3.1 Les qualités sollicitées en expressivité libre dans le lieu du sensible :

#### 3.1.3.1.2 La neutralité active

Dans le travail de l'expressivité, La neutralité active, est une condition invariante et nécessaire afin de laisser être ce qui est sans l'entraver ou contrôler. La neutralité active, c'est se laisser guider par cette intelligence sans la détourner, sans la freiner, sans l'empêcher de s'exprimer. Cela demande une grande présence à soi, à son mouvement ainsi qu'un regard attentionné sur les effets créés à l'intérieur et à l'extérieur de soi. La créativité se fraie ainsi un chemin de l'intérieur vers l'extérieur, à son tour l'extérieur nourrit l'intérieur qui en ressent les effets. D'effet en effet, de seconde en seconde, notre corps sensible résonne de la poésie de la vie qui déroule son mouvement en nous, mouvement du corps, mouvement de la voix, mouvement des pensées, mouvement de notre être qui se transforme. Ainsi l'état créateur réside en la capacité à saisir, à percevoir, à devenir conscient du sens et du contenu des mouvements qui émergent de notre corps sensible et à leur donner une forme dans le monde visible, grâce à l'expressivité qui se déploie. \_

#### 3. 1.3.2.2 La Donnée Empathique

La Donnée Empathique est un facteur essentiel .L'expérience de l'expressivité libre est un lieu d'échange réciproque, d'intersubjectivité et de congruence qui se situe à plusieurs niveaux emboîtés :

### 1- Entre le pédagogue et l'apprenant

Il y a un lieu de disponibilité à l'accueil de l'autre.

Simultanément « je vais vers » et « j'accueille l'autre ». Ce lieu d'échange entraîne un processus évolutif, appelé « boucle évolutive » du rapport au sensible, qui bonifie l'information.

Les deux personnes, depuis le lieu d'expérience à la fois commune et singulière du sensible, se potentialisent mutuellement, générant ainsi une contagion psycho-tonique, des modulations toniques réciproques et unifiantes.

Installée dans une neutralité active, la réciprocité se déploie dans tout son potentiel de contagion, Ce que vit l'autre me transforme et inversement.

### 2- Entre la personne et elle-même

Le même processus est à l'œuvre au sein même de la personne, entre elle et pourrait-on dire son altérité intime, entre elle et son intériorité, entre elle et son mouvement interne. Cette intra réciprocité actuante produit les mêmes effets démultipliés. Ce que vit la personne dans sa relation à elle-même, la transforme. Elle se transforme au fur et à mesure que se transforme son mouvement et réciproquement. Le mouvement interne prend là le statut de sujet à l'intérieur du sujet lui-même dans un emboîtement inédit porteur de sens.

### 3- Entre la personne et la forme qui advient à l'intérieur et à l'extérieur d'elle,

Grâce à la neutralité active et une qualité d'attentionnalité singulière, Le sujet se laisse « accoucher » à sa forme à mesure qu'elle se donne à voir. « Au fur et à mesure que je me découvre, je me crée. » Guidée par le médiateur, dans une présence empathique sous la forme d'impulsions gestuelles délicates, et de consignes appropriées (tempo juste, prosodie juste, tonalité juste, puissance évocatrice juste, cohérence et congruence entre le besoin où l'état d'âme de la personne et la consigne proposée. ), la personne se laisse toucher et naître à sa propre forme. Depuis le lieu de la neutralité active, le sujet pénètre au coeur de l'agir et du laisser agir, de l'aller et du laisser venir, de l'accueil et de

l'impulsion, de l'intérieur et de l'extérieur, du fond et de la forme, de l'invisible et du visible, de « l'oeuvrement » et de la « transcritpure », de la trace et de l'émergence, du devenu et de l'advenir, de l'instant et sa totalité, de la permanence et de l'impermanence, du concevable et de l'inconcevable, de l'infini et de la finitude, de l'humain dans sa dimension totale, holistique, un point partout à la fois, sans prédominance ni temps de latence. « Il y a des moments absolument organiques qui embrassent toute l'humanité ». Véritable acte total, la personne se fond dans sa coulée de vie et naît à elle-même à chaque seconde au sein d'un flux continu, La personne, par cette expérience holistique, passe dans un lieu inédit d'elle-même, dans la paume aimante de l'immédiateté créatrice. Elle est au cœur même d'un lieu intact, où tout s'épouse, un lieu d'intelligence pure et de déploiement de la potentialité en soi et à venir. Christiane Singer (2001, p. 74) : « [...] *il existe un espace que rien ne menace, que rien n'a jamais menacé et qui n'encourt aucun risque de destruction, un espace intact, celui de l'amour qui a fondé notre être.* » C'est une nouvelle manière d'Être au monde. Elle a changé de lieu, y demeurer est une question de choix et de valeur donnée à ce que la personne vit. « *Il y a toujours au moins deux manières de vivre dans la prison ontologique où la vie nous place : soit dans l'enfermement, soit dans le dépassement.* » (Singer, 1996, p. 17)

*« Je lui obéis en vivant, spontanément  
en homme qui ouvre les yeux et voit  
et je l'aime sans penser à lui  
et je le pense par l'œil et par l'oreille  
et je chemine avec lui à toute heure »*

Fernando Pessoa

*“Je suis de la dimension de ce que je vois  
et non de la dimension de ma propre taille...”*

Fernando Pessoa

*“Tout sentir de toutes les manières, « tout vivre de toutes parts,  
Être la même chose de toutes les façons possibles en même temps  
Réaliser en soi, l'humanité de tous les moments*

*en un seul moment diffus, profus, complet et lointain ».*

Fernando Pessoa

### 3.1.4 L'acte total de médiation, Le pédagogue performer garant de l'accès à l'expérience

L'acte total ne relève pas du seul accompagnant mais aussi, dans un principe de réciprocité symétrique, du pédagogue, garant de l'accès à l'expérience. Il se définit comme un acte qui s'actualise constamment, en fonction des informations sensibles qui se révèlent au sein de la relation pédagogique. Un acte qui prend la forme du moment, un acte précis dans l'instant et pourtant toujours provisoire dans le temps. Une dimension qui rejoindrait aussi la réflexion de Grotowski quand il dit : « *Il n'y a pas de différence de temps entre l'impulsion intérieure et la réaction extérieure, de telle façon que l'impulsion est en même temps réaction. Impulsion et action sont concurrentes.* » (Grotowski, cité par Leão, 2002, p. 79).

La notion d'impulsion, de Stanislavski, est également très importante dans le cadre de notre recherche. Cette notion décrit bien la « condition d'action » du pédagogue en lien organique avec l'action de l'accompagné. Et quand Grotowski explique que l'acteur doit accomplir un acte authentique à la place du spectateur il nous révèle un aspect essentiel du rapport aux impulsions organiques : le pédagogue peut reconnaître en lui la qualité de rapport que l'acteur et par extension la personne établit avec le niveau des impulsions. Chez le spectateur ce phénomène advient de façon inconsciente, mais pour le pédagogue, la connaissance de ce niveau, signifie pouvoir agir de façon organique sur le plan organique de la personne accompagnée.

Ainsi, Il ne s'agit pas seulement de saisir la phase pré-expressive, il faut taire la volonté agissante et être disponible à ce qui est à venir, et qui n'est pas encore là. Le sujet regarde son intériorité en ressentant son propre corps  
La personne est tout à la fois l'artiste et la forme se formant, l'artiste et l'observatrice de l'authenticité qu'elle laisse advenir dans un geste objectif. Elle

s'expose aux vents de l' être, à la vie depuis le lieu de son intériorité et se laisse goûter par cette coulée de vie intime, cette coulée d'amour qui se déploie au cœur d'elle-même.

C'est un temps d'auto-crédation, de rencontre avec l'axe imaginaire immanent, de résurgence de souvenirs spontanés, d'empathie profonde avec elle même et de congruence avec la dimension holistique du vivant qui l'anime. C'est l'expressivité pure, authentique qui est à l'œuvre dans un acte total à la vie. Ce qui est capital de souligner, c'est que ce que dit le corps, dans ce qu'il donne à voir, parle de la vie de la personne. Cet exercice, d'un point de vue pédagogique, même s'il est l'expression de la liberté de la personne, s'inscrit dans un cadre dont le protocole est garant de sa réussite. Il y a des conditions pré-requises invariantes d'accès à la dimension perceptive de l'expérience qu'il s'agit de respecter pour son efficacité.

### 3.1.5 Les Intérêts de l'expérience du sensible dans son évolutivité et les niveaux de sollicitations à la transformation associés (en entretien post-immédiateté)

1-LE retour à soi :Un rapport à l'implication grâce à l'épreuve: la personne est touchée par ce qu'elle vient de vivre; elle a contacté le goût d'être concernée par ce qu'elle vit, par sa vie., c'est un acte d'implication, de reconnaissance et de validation de son vécu et par la même de sa vie. Ce critère est important car il conduit la personne à peu à peu réhabiliter ses sensations, et se réapproprier du sens, comme orientation, signification, compréhension, valorisation à son vécu. Il s'agit d'une situation positive pour la personne qui selon Bandura, favorise un état de confiance et de valorisation. La personne ressent un bien-être une légèreté

2-L'enrichissement perceptif :

« C'est bien ça le début de toute démarche : apprendre à percevoir et à exprimer des choses qu'on ne percevait pas avant »D. BOIS.

La personne fait l'expérience d'une qualité de perceptions d'éprouvé inédite. En enrichissant le champ de ses perceptions, la personne est amenée à percevoir ce



qui jusque là lui était imperçu; il y a un passage d'état d'un imperçu vers un perçu, d'une immobilité vers une mobilité, insensorialité vers un gain de sensorialité. Ce passage d'état, obéissant à la règle des « 3 I » définie par la méthodologie de la pédagogie du sensible, marque le début d'une transformation de la personne dans son rapport à son corps. Quand une imperception est repérée par l'apprenant, le médiateur peut, soit créer les conditions de découverte par tâtonnement, soit expliciter la tâche à accomplir pour apporter une résolution à la problématique perceptive. Cette mise en situation en temps réel ou post-immédiateté permet de poser le regard sur les stratégies d'évitement, de compensation ou d'acquisition. Ils se dégagent des profils comportementaux. L'expérience est suivie d'un entretien ou plus exactement, d'une phase opérationnelle d'explicitation du vécu de l'expérience. En enrichissant son champ perceptif, c'est le champ de ses points de vues qu'elle enrichit. Selon la formule clé de la SPP : « le changement du corps, le mouvement des idées ». Dans cette optique, la connaissance par contraste s'avère un outil pertinent. La personne est sollicitée dans la nouveauté et le contraste. L'état ancien se révèle à la personne au moment où il se dissout de lui-même. La personne se découvre dans des aspects qui n'avaient jamais été révélés car c'est à travers un état nouveau que se révèle, par contraste, l'état ancien. La personne, accompagnée par le guidage du pédagogue selon les principes de la Directivité informative, accède ainsi, dès cette expérience, à la sphère du fait de connaissance et de la prise de conscience, premiers pas de son propre renouvellement.

3-Ainsi, est-elle amenée valider la reconnaissance des contenus de vécu, véritable acte de validation, de reconnaissance par un acte de verbalisation où la personne se donne à dire. L'acte de parole, ou verbalité, envisagé comme un moyen de se nommer, de déployer et dilater sa pensée au contact de l'altérité, est un acte d'affirmation et d'appropriation de soi. La personne se laisse advenir à sa parole qui prend forme. Elle naît à sa parole en explicitant son vécu, c'est un acte d'ancrage identitaire et de formativité.

4-Réappropriation de son Corps et de sa Gestuelle : Intérêts du Geste :

Comme nous l'avons déjà évoqué, la gestuelle est bien souvent « automatique », utilitaire, vide de sens et pauvre en sensation. Prendre le temps de sentir son corps, c'est pour certaines personnes prendre la risque d'être confronté au vide. Elles s'ennuient dans leur rapport à elles-mêmes ; cela n'a pas de résonance, pas d'intérêt, pas de sens ! C'est même parfois douloureux. Le geste ressenti, habité d'une conscience et d'une attention soutenues, permet de rétablir le lien entre le corps et l'esprit : « le thérapeute sait que le patient commence à rencontrer une dimension sensible de lui-même et de son mouvement, lorsque celui-ci commence à effectuer sa gestuelle de façon plus lente, plus globale et coordonnée et qu'il décrit des sensations de relâchement physique et psychique qui le libèrent de sa 'ruminant' mentale. »

#### 5-La capacité à tirer du sens de l'expérience vécue

On est au cœur du domaine de la prise de conscience; la personne, par la connaissance par contraste précitée, est conduite à tirer du sens de son expérience extra quotidienne pour sa vie. Il y a un transfert, un passage de sens, issu de l'extra- quotidien, vers un sens qui concerne son quotidien. Il y a un transfert entre le monde corporel et le monde cognitif : la question est ; qu'est ce que cela me dit ou m'évoque pour ma vie?

A cette phase, la nouveauté qui est sollicitée peut conduire à une confrontation cognitive. L'apprenant tente d'intégrer la nouveauté (constructivisme immanent : assimilation, accommodation, équilibration). Le médiateur doit accompagner les environnements critiques (peur, perte de confiance, dévalorisation, etc.).

#### 6- La capacité de la personne à faire le transfert du sens vers l'action dans sa vie

On accompagne la personne dans le passage du sens vers la prise de décision et sa mise en action dans le quotidien., c'est un acte d'apprentissage et de transformation. C'est une mise en action qui implique une motivation immanente : « je m'engage au nom de ce que je vis » la personne accède à l'action qui se meut de l'intérieur; Elle déploie une réflexion inédite venue d'un autre lieu d'elle; le corps devient le lieu où la personne engage sa transformation et construit son ancrage identitaire. On assiste au transfert du

monde du vécu corporel au monde cognitif, puis au monde comportemental. La question est Comment je me mets en action au nom de ce que je vis? La personne s'engage dans le trajet de son projet, elle se met en mouvement.; une phase que le pédagogue accompagne.

7-La transformation et le renouvellement de l'accompagnant sont mis en marche : Les effets de la réciprocité actuante à l'œuvre chez l'accompagné et l'accompagnant.

« Il n'est pas de question de s'éveiller tout seul,  
mais de faire grandir le tout. »Yvan Amar

On identifie un 6ème niveau, celui de » l'arroseur arrosé »! c'est la transformation du médiateur qui est convoquée au contact de la propre transformation du sujet accompagné. La réciprocité actuante, comme lieu d'expérience et d'échanges réciproques commun et singulier au contact du mouvement interne offre l'opportunité d'une inter-potentialisation. Je me transforme au contact de ta transformation et inversement. »

8 - la capacité à rencontrer la dimension holistique

La personne vit une expérience fondatrice de la totalité ou plus grand que soi, une expérience bouleversante qui contient un « avant » et un « après » « Ca ne peut plus jamais être comme avant » l'intensité de l'expérience et la force de la connaissance par contraste, propulse la personne dans un élan « au nom de ce qu'elle a vécu » à accompagner dans sa durée

9-Quand la personne épouse le mouvement de vie : une stabilité dans le sensible, le rapport à l'advenir.

### 3.1.6 L'introspection sensorielle

L'introspection sensorielle est une manière de développer sa capacité à maintenir un contact conscient avec l'expérience corporelle interne, et à l'explorer de manière attentionnée. Comment amener la personne à découvrir quelque chose de nouveau à l'intérieur d'elle-même? Dans cette nouveauté recherchée, il y a des détails de soi non perçus, des parties de soi que l'on ne ressent plus et auxquelles on ne porte plus attention et qui, par conséquent, ne peuvent pas être mise au service de notre vie. Danis Bois (2006, p. 110) nous présente ainsi : « *Tour à tour, il (l'accompagné) est invité à poser son attention sur le silence, puis sur la luminosité qui apparaît à travers ses paupières fermées et en dedans de lui, pour ensuite observer la tonalité à l'intérieur de son corps. Enfin il doit capter les pensées qui s'imposent à sa conscience* ». D'après Ève Berger (2006, p. 81) : « *L'introspection, c'est d'abord et avant tout un rendez-vous : avec vous-même, avec votre intériorité, avec votre faculté de grandir en conscience et en présence. Un rendez-vous calme, serein, profond et intense.* »

### 3.1.7 L'accompagnement verbal à médiation corporelle la dynamique verbale ou explicitation en post-immédiateté

Le verbe en tant que paroles mises en mots est généralement au centre du dispositif de la pédagogie perceptive du mouvement.

Nous invitons le patient à engager un processus de réflexion autour de la pensée. D'où émerge la pensée ? Comment la percevoir ? En existe-t-il de différentes natures et peut-on exercer une action sur elle ?

A cette étape de la thérapie, le patient, déjà familiarisé avec une certaine qualité d'attention et de perception va commencer à pouvoir « écouter » ses pensées (ou ses silences), sans quitter complètement un ancrage de présence à lui-même. Il ne s'agit pas d'une présence mentale ou visuelle, mais d'une présence de ressenti, d'éprouvé. La verbalité est descriptive et se rapporte au contenu de l'expérience vécue dans la sphère de l'extra quotidienneté. Elle

s'effectue en temps réel ou en post-immédiateté. La personne est invitée à faire un retour réflexif à la séance suivante pour évaluer les changements.

Au début, la perception est sélective, alternative, focalisée, limitée ; le sujet apprend à diriger son attention vers une expérience inhabituelle. Tantôt, il écoute le contenu de ses pensées, tantôt il prend acte de leur résonance corporelle. Progressivement, il sera capable de capter simultanément plusieurs informations. Et non seulement, il lui devient possible de sentir en même temps que de penser, mais il lui devient également possible de penser en même temps qu'il ressent ; ce qui n'est pas du tout évident au départ, pour un grand nombre de personnes qui « adhèrent » soit à leur ressenti, soit à leurs pensées sans possibilité de recul pour prendre acte de la sensation contenue dans la pensée. Nous l'avons déjà abordé, l'acte de parole est un ancrage identitaire, une affirmation de soi. Qui plus est la parole permet à la pensée de se déployer. Comme le mentionne Danis Bois (2006, p. 93), le somato-psychopédagogue cherche plutôt :

*« [...] une parole qui résulterait du ressenti du corps, et qui naîtrait directement de la pensée propre du corps et non pas d'une pensée née dans le cerveau pour ensuite d'adresser au corps. Je parle d'un corps qui délivrerait sa propre pensée, une pensée corporéisée qui se glisserait dans la parole ».* Ève Berger (2006, p. 92), ajoute : *« l'entretien verbal à médiation corporelle est aussi un lieu privilégié de dialogue original avec soi, susceptible de permettre d'apprendre des choses nouvelles sur soi et sur le monde et sur la vie »*

Dans l'entretien à médiation corporelle : au-delà de l'échange avec votre praticien, votre corps vous parle et vous lui répondez, dans un dialogue qui est finalement entre vous et vous, avec un apport d'informations inédites et enrichissantes qui éclairent d'un nouveau jour votre regard sur vous-même et sur votre vie. C'est cette nouveauté qui crée un sentiment d'étonnement, de curiosité et une disposition à apprendre de son expérience et à l'appréhender avec une intention et une attention particulières. Comme le dit avec éloquence Danis Bois (2005, p.122) :

*« [...] l'expérience extra-quotidienne demande un effort : celui de s'extraire de son quotidien, c'est-à-dire de ses habitudes, de ses modes répétitifs, de ses*

*caricatures, de ses facilités de comportement... »* L'effort d'aller momentanément dans un lieu de soi à l'abri de tout cela; l'effort d'accepter, pour progresser, de se donner des temps où l'on quitte le regard sur sa problématique du moment, sur sa vie du moment, sur son décor du moment. Cet effort qui, lui aussi, est inédit, nécessite que l'apprenant soit d'accord pour mener cette expérience, donc qu'on le lui ait explicitement proposé, dans un langage simple et clair, qu'un contrat ait été passé avec lui dans ce but.

## 3.2 Cadre épistémologique et méthodologique

### 3.2.1 Posture épistémologique.

La recherche qui a permis cette étude est partie d'une profonde réflexion et clarification à l'intérieur de mon processus d'apprentissage et de découverte au contact de l'expérience du sensible. L'analyse de ma démarche heuristique m'est apparue comme le moyen le plus efficace pour transmettre mon expérience à ceux qui partagent le même processus ou s'appêtent à entreprendre le même itinéraire.

Dans le souci de respecter la cohérence de notre recherche, nous avons choisi la posture épistémologique de la phénoménologie. En effet, notre recherche porte sur le vécu subjectif des sujets pour ensuite analyser avec rigueur la subjectivité. (Husserl, 1965 ; Boyd, 2001 ; Depraz, 1999 ; Moustakas, 1994).

À l'intérieur de ce cadre général phénoménologique, nous nous orienterons vers une démarche heuristique qui est en accord avec notre posture de praticienne-chercheur impliquée, qui interagit avec son objet d'étude et revendique cette posture comme son moyen de connaissance.

En effet, c'est en tant que praticien-chercheur que nous avons conduit cette recherche. Au contact des données recueillies dans les journaux de formation, nous avons procédé à une analyse phénoménologique des contenus de vécus, mais en y incluant une démarche compréhensive et interprétative influencée

par notre démarche heuristique. Nous avons finalisé notre processus de recherche par une démarche théorisante ancrée afin de mieux évaluer l'efficacité de la pédagogie du sensible.

### 3.2.1.1 Posture du praticien-chercheur.

L'état de praticien-chercheur a caractérisé notre recherche tant sur le plan théorique que méthodologique. Notre recherche se développe depuis une posture impliquée qui interroge notre pratique à l'intérieur de notre milieu professionnel (auprès d'acteurs en formation et d'acteurs professionnels). Cette double posture de chercheur et de praticien a déterminé aussi la construction de notre méthodologie de recherche. « *Le statut de praticien-chercheur prend tout son sens quand le voyage retour peut se faire entre recherche et pratique.* » (Bois, 2007, p. 120).

Quand je dis « création », c'est au sens d'intuitions, d'inventions, qui naissent de ce que le phénoménologue L. Tengelyi appelle la « région sauvage » (Tengelyi, 2005), cette zone d'émergence qui déborde le contrôle de la conscience réfléchie et qui ne peut exister réellement que dans l'expérience vécue le statut de praticien-chercheur prend tout son sens quand le voyage retour peut se faire entre recherche et pratique : la nouveauté créatrice peut alors se mettre autant au service d'autrui (en ce qui nous concerne, à travers la mise au point de la somato-psychopédagogie comme relation d'aide) qu'au service de la connaissance. « *Le praticien-chercheur est un sujet en transformation qui change au rythme des interactions entre son contexte et son univers intérieur, au rythme de ses projets et de ses aspirations* » Thierry Karsenti et Lorraine Savoie-Zajc (2004, p.130)

Ceux-ci indiquent que dans une démarche de type qualitative : La réflexion menée au fur et à mesure de la collecte et de l'analyse des données transforme le processus même de recherche : plutôt qu'être fermé, rigide et protocolaire, il est émergent, souple. Le chercheur peut prendre en compte les événements vécus en cours de recherche, ses propres prises de conscience et les réactions des répondants face aux tentatives d'interprétation avancée.

Dans le contexte de notre recherche nous nous prenons nous-mêmes comme sujet de recherche (posture heuristique), tout en effectuant une mise en distance sur le plan méthodologique. « *Nous mettons en œuvre une recherche impliquée dans le double sens de l'implication dans l'action et de l'implication de soi, tout en conservant la distance qui sied à toute bonne analyse de pratique.* » (Bois, 2007, p. 126). Pour cela nous avons utilisé une démarche phénoménologique qui nous a permis de décrire les données sans les interpréter. Enfin, nous avons adopté une posture d'interrogation sur un aspect particulier de notre pédagogie tout en restant ouvert à la création au contact de l'expérience vécue.

### 3.2.2 Méthodologie d'investigation phénoménologique.

La démarche phénoménologique semble adaptée à recueillir les contenus qui se donnent au sein d'une expérience extra-quotidienne. L'analyse descriptive est la façon la plus simple d'accéder au texte. Nous sommes restés collés au plus près des textes dans notre travail d'analyse tout en faisant appel à notre expérience corporelle pour dégager une signification.

Evidemment, dans une étude qui se dit phénoménologique il faut respecter une attitude de réduction phénoménologique qui met entre parenthèses les connaissances acquises afin d'appréhender et de décrire en toute innocence ce que nous « intuitionnons ». Dans ce sens, on retrouve une praxis phénoménologique : « Recueillir la présence. Être là. Car la présence n'est pas, telle que j'imagine qu'elle doit être (...), il s'agit de la mienne, de notre co-présence : être là, en être, en faire partie, me trouver tout entier parce qu'il y a lieu, concerné de manière privilégiée comme ce en quoi la présence peut devenir sens. » (Jourde, 2002, p. 36).

Cependant, comme ce qui nous intéressait était de créer les conditions de production de connaissance et non pas de rester dans le seul éclaircissement d'une pratique descriptive des données, nous nous sommes trouvés dans la nécessité de prolonger la démarche phénoménologique par une démarche compréhensive et interprétative pour rendre compte de cette dimension subjective dont la signification ne se donne pas d'emblée.



### 3.2.3 Paradigme compréhensif et interprétatif.

Le paradigme compréhensif nous dit qu'observer un comportement extérieur n'est pas suffisant pour obtenir la connaissance sur l'être humain, car plus qu'observer le comportement visible il faut savoir quel est le sens de ce comportement pour celui qui l'expérimente. W. Dilthey, considéré comme un des fondateurs de l'approche compréhensive dans les sciences humaines, invite à actualiser le sens immanent des phénomènes humains. « On ne peut pas nier qu'il y ait des expériences vécues et plus particulièrement une expérience interne. Ce savoir immédiat est le contenu d'une expérience et l'analyse de ce contenu constitue ensuite la connaissance et la science du monde spirituel. » (Dilthey, 1992, p. 176).

La démarche compréhensive nous a permis de repérer et de mettre en valeur ce qui ne s'observait pas d'emblée dans le récit.

### 3.2.4 Méthode de recherche heuristique.

*« Chaque homme porte en lui, la forme entière de l'humaine condition »*

Montaigne

Pour conserver la cohérence interne dans l'approche méthodologique de notre recherche nous nous sommes inscrit dans la méthode heuristique (Craig, 1978 ; Douglas, 1985 ; Moustakas, 1990). Cette approche autorise une immersion du praticien-chercheur dans le terrain de l'expérience vécue et possède des similitudes avec notre processus de recherche qui a été exploratoire et collé à l'expérience tout en conservant l'intégrité fondamentale des phénomènes étudiés. à une recherche authentique, passionnée, immergée dans le terrain de l'expérience vécue. La prise de distance qui doit nécessairement accompagner une telle posture sera garantie en revanche par la démarche phénoménologique, en ce qu'elle assure une description pure et libérée de tout *a priori* théorique préalable à l'analyse des données. « je constate et examine ce que j'ai vécu pour en tirer du sens ». C'est ainsi que les dimensions théorique et pratique se sont

construites : à la fois en partant de mon activité de recherche sur la personne humaine et en me prenant moi-même comme sujet de recherche, tout en opérant une nécessaire mise à distance sur le plan méthodologique. Cette recherche est ainsi impliquée, au double sens de l'implication dans l'action et de l'implication de soi, tout en conservant la distance qui sied à toute bonne analyse de pratique.

« La démarche heuristique est un processus de recherche qui met l'accent sur la compréhension plutôt que sur la preuve, sur le sens plutôt que sur la mesure, sur la plausibilité plutôt que sur la certitude, sur la description plutôt que sur la vérification. » (Graig, 1978, p. 43).

Craig (1978, p.43) nous parle de cet engagement total du chercheur dans son processus de production de sens et de connaissance en affirmant que l'investigation heuristique met :

*« [...] la personne au défi de croire en elle-même, en ses propres ressources et potentialités au point qu'elle soit prête à tout risquer et qu'elle investisse ouvertement et directement les qualités les plus riches de l'expérience humaine dans une aventure imprévisible, une quête personnelle de croissance et de découverte, vers une nouvelle connaissance et une meilleure compréhension. Mon premier sentiment en est un de foi, foi que quelque chose se produira, qu'une réalité inconnue se fera entendre et que je serai là pour l'écouter. [...] cette foi attend patiemment l'unité alors que nos sens ne perçoivent que le chaos. Elle tire de l'obscurité, un sens et une clarté. »*

Peter Erik Craig

### 3.2.5 Posture herméneutique dans l'analyse qualitative.

*« L'expérience peut être dite, elle demande à être dite. La porter au langage, ce n'est pas la changer en autre chose, mais, en l'articulant et en la développant, la faire devenir elle-même. »* (Ricœur, 1986, p. 62)

Thierry Karsenti et Lorraine Savoie-Zajc (2004, p.130) indiquent que dans une démarche de type qualitative : *« La réflexion menée au fur et à mesure de la collecte et de l'analyse des données transforme le processus même de recherche : plutôt qu'être fermé, rigide et protocolaire, il est émergent, souple.*

*Le chercheur peut prendre en compte les événements vécus en cours de recherche, ses propres prises de conscience et les réactions des répondants face aux tentatives d'interprétation avancée. »*

L'adoption de la posture herméneutique dans notre analyse qualitative nous permet de répondre au souhait de dégager une signification, et même une théorisation à partir de notre récit . « Il ne faut jamais oublier l'autre sens du mot interpréter (celui qu'il a quand on parle d'interpréter un morceau de musique, ou une pièce de théâtre, c'est faire que cette œuvre soit vivante, qu'elle redevienne à nouveau présente à nous. » (Micoud, 2006).

Puisque l'auteur se réfère à une autre nature de texte, sa contribution peut sembler hors contexte. Toutefois, sa réflexion sur la nécessité de rendre vivante le texte interprété rejoint notre souci de permettre aux témoignages de redevenir présents aussi pour ceux qui n'ont pas vécu la même expérience.

Notre posture de chercheur impliquée se relie, pourtant, au désir de produire une théorisation à partir des données qui dépasse la simple analyse descriptive. L'analyse par théorisation ancrée est conçue par ses fondateurs comme « *non pas la quantification des données qualitatives, mais plutôt un processus non mathématique d'interprétation entrepris dans l'objectif de découvrir des concepts et des rapports entre les données brutes afin de les organiser dans un schéma théorique et explicatif.* » (Strauss et Corbin, 2004, p. 28).

Nous justifions l'usage de la théorie ancrée dans notre analyse du fait que nous nous sommes réservés la possibilité de laisser venir des catégories émergentes dans le cours de notre analyse de récits.

### 3.2.6 La méthode de recueil de données

#### 3.2.6.1 Journal d'itinérance et journal de pratique

Tout au long de notre démarche, des journaux seront régulièrement tenus pour supporter notre recherche et pour témoigner du processus. Le Journal d'itinérance, concept emprunté à René Barbier, nous sera d'une grande utilité. Jeanne-Marie Rugira (2004, p.117) explique bien ce que représente ce journal :

Le journal d'itinérance constitue un véritable carnet de route dans lequel le sujet chercheur note ce qu'il sent, ce qu'il pense, ce qu'il médite, ce qu'il poétise, ce qu'il retient d'une lecture, d'une théorie, d'une conversation ou encore d'une correspondance. Il y consigne ainsi tout ce qu'il investit pour donner du sens à sa vie.

Nous avons donc tenu notre journal avec le projet de documenter non seulement mon récit de vie, mais aussi mon récit de praticienne-chercheur. Jeanne-Marie Rugira (2004) en citant René Barbier (1996, p.98) : « *Le journal d'itinérance est un journal de recherche dans la mesure où il représente bien un instrument méthodologique d'investigation exprimant, de jour en jour, l'appropriation et le déploiement d'une problématique centrale. Dans une perspective heuristique, à la l quelle nous sommes attaché, le travail autobiographique procéderait donc à l'avènement d'un « je » humain, à la naissance ou à la renaissance du sujet, révélateur d'invariants, porteurs de sens pour la communauté humaine.* »

Jeanne-Marie Rugira (dans Josso, 2000 p. 58) résume bien cette idée lorsqu'elle écrit que : « *L'exercice autobiographique implique des allers et des retours dans le temps, entre un futur incertain et un passé perdu. Il implique aussi la capacité d'habiter son présent, d'aller à la rencontre de soi, de celui que l'on fût, de celui que l'on s'imagine être, mais surtout de cet autre qui advient.* »

Par ailleurs, recourir au récit de pratique aide à dégager des clés susceptibles de donner accès au cœur de sa pratique. En effet, comme le précise Ernst Jouthe dans Desmarais et Pilon (1996, p.80) : « *Les récits de pratique sont précisément un discours sur les pratiques pour faire émerger leur sens, pour valider les connaissances implicites dont elles sont porteuses.* » Cette méthode permet au praticien d'élargir la conscience de sa pratique pour en saisir les subtilités et la portée. Il y a des expériences qui demeurent très significatives à travers le temps. Si elles le restent, c'est sans doute qu'elles contiennent des moments capables de nous éclairer sur notre pratique et son interaction avec la sphère personnelle. Dans le cadre de l'écriture en tant que praticienne-chercheur, Les Invariants, rigoureusement respectés sont les suivants

- Le contexte : la date, l'heure, le lieu et la personne accompagnée

- la demande de la personne accompagnée, formulée à chaque séance
- le protocole d'accompagnement : description des propositions de travail
- le vécu perceptif de l'accompagnateur (bilan perceptif au début de la séance) : état de la présence de la personne accompagnée, de sa posture, de son mouvement, du rapport à sa pensée et à son ressenti
- informations perceptives recueillies en cours de séance
- remarques concernant le travail attentionnel (chez l'accompagnant et/ou l'accompagné)
- indices d'évolution en cours de séance ;
- bilan de fin de séance ;
- orientations retenues pour la séance suivante ;
- exercices prescrits jusqu'à la séance suivante ; indices de changements chez l'accompagné, non perçus par lui-même (informations à partager avec lui)

Nos journaux de bord, d'itinérance et de pratique, constituent notre corpus de données. Après la collecte des données, le travail d'analyse et d'interprétation s'est fait selon la démarche analytique phénoménologique et herméneutique présente dans notre cadre épistémologique. des données, le travail d'analyse et d'interprétation s'est fait selon la démarche analytique phénoménologique et herméneutique présente dans notre cadre épistémologique. L'écriture s'est construite, chaque jour, selon les directions possibles suivantes.

- Un contenu d'expérience : décrire dans la post-immédiateté (évite la déperdition) ou en différé le contenu des expériences qui ont participé au processus de transformation visé par le journal.
- La résonance de ces expériences : qu'est-ce qu'elles m'ont fait, en quoi elles m'ont touché ?
- La compréhension de l'expérience : on entre alors dans un processus de réflexion sensible, qui vise à retrouver la manière dont les expériences du sensible ont progressivement modifié la représentation de départ.
- L'apport de l'écriture elle-même : en quoi le fait de nommer et de décrire le processus de transformation prolonge-t-il à cette transformation ?

### 3.2.7 La méthode d'analyse de données.

Cela nous demandera de prendre en compte les catégories émergentes et de faire un travail interprétatif susceptible de nous permettre de construire des nouveaux concepts, de nouvelles théories ou encore de nouveaux modèles pratiques et /ou théoriques. La première étape représente la prise en main du corpus de données. L'objectif est de donner sens aux données par une première étape de réduction afin de « dégager les propriétés *essentiels* de l'objet analysé, selon un angle spécifique » (*Ibid.*, p. 156). Le résultat est un ensemble de codes, représentant les unités décelées. Ce qui permet alors, de manière naturelle, de procéder à un premier classement transversal.

Dans le processus de construction des catégorisation des données, nous avons défini une catégorisation qui oriente la première saisie des données. Puis nous avons laissé émerger des catégories nouvelles au contact de la lecture plus approfondie du journal.

#### 3.2.7.1 La catégorisation

Avec cette étape commence donc le véritable travail de recherche, la confrontation avec le matériau afin de « creuser le texte pour en découvrir son sens et ses variations. » (Strauss & Corbin, 2004, p. 99) Avec la contrainte supplémentaire que ces schémas et théories restent *ancrés* dans la réalité du terrain, de l'expérience. Mais le travail de catégorisation ne s'arrête pas à déterminer une liste de catégories. Il s'agit alors de déterminer leurs propriétés et caractéristiques essentielles.

#### 3.2.7.2 La modélisation

L'analyse se consacre maintenant aux catégories elles-mêmes : les ordonner, les regrouper si besoin, et, surtout *établir des liens* entre elles (Paillé, p. 167).

### **Le processus de l'analyse herméneutique interprétative**

1. Dialogue herméneutique entre le matériau, le cadre théorique et la sensibilité du praticien chercheur (heuristique)

2. Analyse transversale des journaux et non, journal par journal

3. Interprétation qui ne se limite pas à une lecture stricte linguistique mais pose sa base sur la connaissance produite au contact de l'expérience du sensible

4. Nouvelles construction de catégories émergentes de plus haut niveau, ne se donnant pas d'emblée à la lecture.

6. Catégories émergentes de plus haut niveau permettant de déceler le type d'impact que la relation au sensible a sur la transformation des représentations

7. Mise à jour du processus dynamique sous jacent donnant lieu à la modélisation de la spirale processuelle du rapport au sensible (processus d'accès au sensible)

## Chapitre4 : Analyse et interprétation des données

### 4.1 Analyse Classificatoire

Itinéraire professionnel : Catégorisation de l'accompagnement du naître à son advenir par la pratique de l'art thérapie performatif selon la méthodologie Danis Bois

#### **INTERETS DE L'EXPRESSIVITE DANS L'ACCOMPAGNEMENT A L'ADVENIR**

L'expression gestuelle, parmi les « outils » de la psycho-pédagogie perceptive, est la seule pratique qui sollicite une mise en action objective de la personne. La pédagogie gestuelle pose les conditions de l'action, laisse apparaître la subjectivité au sein d'un mouvement objectif et nous donne à voir des enjeux internes qui ne seraient pas révélés autrement. Elle questionne la personne dans sa capacité à oser être, à oser s'exposer au monde et à elle-même, à pouvoir s'engager dans sa vie.



Le mouvement interne et le mouvement visible présentent les mêmes critères invariants d'orientation, de séquence, d'amplitude et de lenteur.

L'accordage somato-psychique gestuel obéit à un protocole dont les consignes respectent ces quatre invariants sur un principe d'évolutivité du geste. Il est préalable à toute expressivité libre. Il est un fait que le mouvement objectif parle de la vie de la personne; ses résistances, ses angles morts, orientations etc, sont autant d'indicateurs, révélateurs de l'état d'être de personne dans l'instant. Le pédagogue intervient sur le mode de la directivité informative, pour solliciter la personne dans des questionnements de type cognitifs ou psychologiques dans différents niveaux de profondeur. « Est-ce que tu réalises que pendant que tu avances, tu recules?, » quand tu fais une extension, tu t'ouvres, tu te déploies, alors que dans le retour, tu accueilles, t'en rends tu compte ?» Quand tu fais ce mouvement qu'est ce que cela t'évoques? »...Peu à peu, le geste s'émancipe du cadre préalable de contraintes pour changer de statut dans une expressivité libre.

Extrait de mon journal, suite à une séance d'expressivité, Lisbonne 20 Mars 2006 « *Devenir ma propre sculpture; Etre le sculpteur intérieur de ma propre forme, de ma Vie .Je me suis savourée, dans les points d'appui, les apnées. Et, Sentir gonfler en moi une présence, une force qui va se déployer dans le visible.* »N.B

L'enjeu est de sortir du seul statut du geste pour en tirer du sens pour sa vie.

#### 4.1.1 Mon corps me parle de ma vie : Classification les enjeux cognitifs, psychologiques et comportementaux du geste objectif.

Ma pratique personnelle et professionnelle, croisée avec 6 accompagnés dans le cadre de mon cabinet et de stages de formation en art-thérapie, expression et mouvement, m' a permis d'établir une grille de lecture sur les enjeux cognitifs, psychologiques et comportementaux du geste objectif. Cette grille intéresse notre question de recherche de manière pertinente. Nous émettons en effet que l'expressivité libre, une fois la personne accordée, associée à la présence du point d'appui, conditionnent l'ouverture à l'advenir, la naissance à une nouvelle

manière d'être à soi. C'est une exhortation singulière à l'agir en épousant sa coulée de vie, depuis un nouveau lieu de soi.

<p>MON MOUVEMENT ME PARLE DE MA VIE</p> <p>CONSIGNE DE MOUVEMENT GESTUEL</p>	<p>TRANSFERT D'UNE PERCEPTION EXTRA - QUOTIDIENNE A UN SENS POUR MA VIE : LECTURE HEURISTIQUE DES ENJEUX PSYCHOLOGIQUES-COGNITIFS ET COMPORTEMENTAUX</p>
<p>LINEARITE</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Permet la <b>GLOBALITE</b></li> <li>-Exerce :</li> <li>-mon <b>INTENTIONNALITE</b></li> <li>- Ma Capacité -à me situer dans la vie,</li> <li>- Ma capacité -à prendre une décision</li> <li>-à m'engager dans l'action,</li> <li>-à mettre de la structure dans mon geste et ma vie.</li> <li>-Sollicite le lacher prise</li> <li>-Déploie ma Capacité à aller de l'avant, ou à savoir reculer...</li> </ul>

<p>CIRCULARITE</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Un temps de réflexion avant l'action</li> <li>-un temps de non prédominance, d'indifférenciation</li> <li>-Met du moelleux, du rond, du malléable dans mon geste, ma pensée</li> </ul>
--------------------	--

<p>TRANSVERSALITE</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Un accordage pour gagner en GLOBALITE</li> <li>-Permet le recentrage,</li> <li>-Travail d'ANCRAGE identitaire, d'enracinement.</li> <li>-Rupture de la verticalité : changement de regard : accepter de perdre un axe de rigidité</li> <li>-Travail sur la COORDINATION et la gestion des contraintes en codifié</li> <li>-n'est pas un temps de mise en action</li> </ul>
<p>LENTEUR</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Développe -l'ATTENTION,</li> <li>-La PRESENCE A SOI dans mon geste, dans l'action.</li> <li>-Modifie mon RAPPORT au TEMPS dans ma vie</li> <li>-dans la lenteur, le temps linéaire se dissout,</li> <li>-Expansion du Temps : Le Temps dilaté, devient Espace, un lieu. »j'habite le lieu du temps »nb</li> <li>-Je pénètre la temporalité singulière du lieu du sensible en moi « je découvre dans le lieu de moi un nouveau rapport à l'immédiateté »nb</li> <li>-La lenteur pour capter l'immédiateté</li> </ul>
<p>ORIENTATION</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Interroge la question du SENS – direction et signification.</li> <li>Sollicite ma capacité à :</li> <li>- faire un choix</li> <li>-m'engager dans l'action</li> <li>-à me situer dans l'espace</li> <li>-accepter le changement</li> <li>-m'adapter à la nouveauté</li> <li>-poser mon attention sur le trajet, le processus et non le but.</li> <li>-Travail sur la globalité et la COHERENCE « : j'engage tout de moi dans mon action »</li> <li>nb</li> </ul>
<p>POINT D'APPUI</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Prendre le temps de l'écoute de la maturation avant l'action.</li> </ul>

	<p>-Temps d'accordage psycho-tonique : j'apprend à m'accorder seule.</p> <p>-Temps de pause qui donne de l'épaisseur, une texture à ma matière : « je gagne en épaisseur »nb</p> <p>-Temps pour : « goûter ma posture »nb, sa saveur</p> <p>-Temps où je donne de la valeur à ce que je vis; haut degré de concernation à ce que je suis en train de vivre.</p> <p>- »me laisser toucher par ma forme »nb, ma sculpture, par qui je suis.</p> <p>Temps de :</p> <p>-mobilisation,</p> <p>-de négociation</p> <p>-de gestation puis</p> <p>-de résolution vers une nouvelle forme, rythme, sens, signification, orientation...</p> <p>-J'apprend à changer. » »la pause : moment où je dois lâcher ma forme pour en habiter une nouvelle. Je sens les signes et les effets. Je réalise que je suis capable de changer »nb.</p> <p>-Apnée, « époque », temps de suspension, pour laisser venir à moi ce qui n'est pas encore là. « Dans cette suspension, une sensation de chaleur m'envahit : un état de confiance apparaît : prise de conscience que je n'ai plus peur de l'inconnu.: je vais à la découverte de ma vie; J'ai changé de lieu, de posture ».</p> <p>-Je rencontre l'état de confiance et l'envie de découvrir ma forme à venir</p> <p>-J'apprend à contacter et à accueillir ce qui advient..</p>
<p>PSYCHO-TONUS</p>	<p>-Je perçois les modulations de couleurs dans mes yeux</p> <p>-Je perçois les changements d'états, les passages d'un état à un autre.</p> <p>-Saisir les indicateurs de l'émergence et l'impulsion du mouvement,</p> <p>-Travail sur la capacité : -à sentir mon élan,</p> <p>-à oser changer de direction.</p>
<p>SEQUENCE RYTHMIQUE</p>	<p>-Synchronisation des segments, accordage de la totalité, -contacter le tempo intime de ma vie, les » top départ » et les « tops arrivée »,</p> <p>-Synchronisation d'un groupe ( en associant une transversalité)</p> <p>PERMET DE :</p> <p>-donner du rythme et du cadre à ma vie, « il y un début et une fin à toutes choses »</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Identifier les indicateurs du début et de la fin de l'action..</li> <li>-Sentir dans ma vie quand il est temps de commencer et temps d'arrêter.</li> <li>-Contacter les variations internes : plus rapides, plus lentes;</li> <li>-capacité à accéder à la nouveauté et a m'adapter aux variations et changements.</li> <li>-Aider à lâcher prise, à « diluer » la tension dans la vitesse.</li> <li>- Aider à conserver ma présence à moi dans la vitesse et les variations.</li> <li>-Aider à développer mon adaptabilité à la nouveauté .</li> <li>-Aider à définir quelle est ma place dans le monde.</li> <li>-Aider à me situer, me positionner, à être synchrone avec moi et le monde.</li> <li>-capacité à être au diapason entre la forme, le fond, mon tempo et celui des autres.</li> <li>-Sentir que ma vie a son propre tempo intime, qu'il existe un tempo singulier en moi.</li> </ul>
<p>AMPLITUDE</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-C'est le moment où La couleur bleue envahit toute ma matière</li> <li>- »Je suis en relation avec mon coeur, je l'observe s'ouvrir »</li> <li>-Je contacte un sentiment d'amour</li> <li>-Oser, aller au bout,</li> <li>-Oser ma liberté</li> <li>-Ouverture à la vie, « je m'autorise à «</li> <li>-Je me déploie, je « prend mon envol »</li> <li>-Je prend de l'autonomie</li> <li>- »J'assume ce que je suis »</li> <li>-Sentiment d'existence</li> <li>- Je sens ma matière prendre du volume, s'expanser</li> <li>-Mon corps entre en relation avec l'espace qui m'entoure.</li> <li>-je me goûte, je goûte la Totalité</li> </ul>
<p>LA PRONOSUPLINATION</p> <p>poignée : expressivité, état d'âme : invitation à l'axe</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Accéder à la délicatesse, aux modulations infimes et aux tonalités subtiles de mon mouvement.</li> <li>-Gôuter la subtilité et les nuances.</li> </ul>

<p>imaginaire</p> <p>coude : donne l'ouverture et fermeture</p> <p>Epaule : donne la direction , l'orientation.</p>	<p>-Mettre de la nuance dans ma pensée, de la souplesse dans mes représentations.</p>
<p>LATERALITE G/D</p> <p>+</p> <p>MOUVEMENT HAUT/BAS</p> <p>TETE/MENTON</p>	<p>- J'éprouve le goût, les tonalités du trajet que je fais.</p> <p>- Travail sur le trajet et la temporalité : « je fais corps avec mon trajet, avec mon processus et la temporalité qui lui appartient. »</p> <p>- Développe mes Capacités à : -</p> <p>- regarder autour de moi,</p> <p>-ouvrir mon champ de vision panoramique</p> <p>-à changer de point de vue, mettre la distance juste, du discernement et de la relativité face aux événements . »rien à vraiment changé mais je ne vois plus mon contexte comme avant »</p>
<p>EXTENSION</p>	<p>-Temps d'Ouverture/ déploiement de moi</p> <p>-contacter mon envie, mon désir profond, mon envie d'aller au bout des choses...</p> <p>« l'extension du menton, c'était bon! »nb</p>
<p>RETOUR SUR MOI</p>	<p>-Temps d'accueil à moi-même, de recueillement, d'intimité et de bienveillance envers moi, ma vie</p> <p>-contacter l'auto-empathie, la réciprocité actuante entre moi, ma coulée de vie.</p> <p>-Ressentir un sentiment de sécurité, de nid, de cocon, de protection, de douce mélancolie.</p> <p>- Prendre le temps de prendre acte des effets de mon geste en moi..</p> <p>-Moment où advient l' information immanente,</p> <p>- Posture qui déclenche l'émergence d'une pensée inédite :</p> <p>-qui fait vraiment sens pour moi dans l'instant,</p> <p>-qui est source de connaissance pour ma vie : un fait de connaissance à l'intérieur du fait d'expérience.</p>
<p>EXPRESSIVITE LIBRE</p>	<p>-Me laisser toucher par ma forme.</p> <p>-Eprouver l'état d'âme, les tonalités, la poésie de mon geste. »c'est dans l'expressivité</p>

	<p>que j'ai les éprouvés les plus forts »nb</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Me percevoir me percevant dans une action</li> <li>-Etre en lien avec l'immédiateté créatrice.</li> <li>-Oser être, m'exposer, me mettre en action-Contacter un haut niveau d'implication a son geste, sa vie.</li> <li>-Accéder à mon autonomie, ma liberté.</li> <li>-Me laisser découvrir dans un ase imaginaire</li> <li>-Entrer en réciprocité avec moi,ma forme, le lien au Tout</li> <li>-Rendre visible, l'invisible, prolonger le mouvement interne dans un geste objectif sans temps de latence/</li> <li>-Etre en congruance avec l'int/ l'ext/la totalité.</li> <li>--Pénétrer le lieu du sensible</li> <li>-Accéder à son authenticité.</li> <li>-Faire l'expérience de l'acte Total dans mon geste.</li> <li>-Transférer l'Acte Total dans mon quotidien</li> <li>.-Accéder à l'élan de l'immédiateté créatrice</li> <li>-Etre artiste de ma Vie...</li> <li>-Sentir plus grand que soi en soi</li> </ul> <p>Entrer en réprocité actuante avec mon mouvement, avec mon potentiel</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Accéder au goût de moi le plus authentique</li> <li>-sensation d'une présence en soi</li> <li>-Vivre une expérience holistique de reliance à la totalité. »J'entre en résonance avec le TOUT » NB</li> <li>-Réaliser que j'appartiens au futur -Epouser l'</li> </ul> <p>Au moment où je contacte l'envie éperdue de découvrir ma forme se formant, ma forme à venir,je vis un « choc cognitif », un renversement radical, une conversion, je change de lieu.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Epouser l'advenir</li> </ul>
--	---

	-Agir dans ma vie
--	-------------------

## 4.2 Trajet personnel et « pierre de gué » du naître à son advenir dans le lieu du sensible

Si aujourd'hui, l'accès à l'expérience du sensible est validé et catégorisé, l'accès au lieu du sensible, en tant que le lieu de soi au sein de laquelle la personne inscrit sa vie dans la durée engage d'autres enjeux. Autrement dit, accéder au sensible via une expérience extra-quotidienne ne veut pas signifier qu'on soit en mesure d'y demeurer dans son quotidien.

C'est là qu'intervient la question de l'accompagnement de la personne dans ce projet. Le pédagogue accompagne les étapes et sollicite la personne dans le transfert de sens issu de la sphère de l'expérience extra-quotidienne vers et pour la sphère de son quotidien. Dans ces « aller-retour », ces passerelles jetées entre les deux « mondes », la personne progressivement se met en marche, en action vers son renouvellement et sa croissance. Mais à un certain stade, c'est la vie elle-même qui invite l'extra-quotidien à se glisser tout entier dans le cadre du quotidien, pour s'entrelacer et se fondre dans la même coulée. La vie nous exhorte à cette unité. On note un premier passage de « je grandis et me renouvelle dans ma vie » à « je fais grandir ma vie ». La question qui émerge est la suivante : A la question du comment j'utilise les « outils » du sensible pour grandir dans ma vie se pose celle du comment j'utilise le sensible pour faire grandir ma vie. Quand on se renouvelle, le contexte de sa vie doit être



accordé ce que l'on advient, en résonnance, au diapason de son propre renouvellement; En tout cas, nous entrevoyons là, la condition pour que le sujet puisse se renouveler dans une relation d'échange symétrique, de réciprocité actuante avec l'entité de sa vie. C'est dans un contact intime, sensible, réciproque que la personne et sa vie se font « grandir » mutuellement.. » : Autrement dit, la question consiste à se demander si on pose son point de vue sur le « je » qui grandit à l'intérieur du cadre fixe de sa vie ou si on se situe au niveau de la vie que l'on met en mouvement pour se renouveler ensemble.

Nous y voyons là des enjeux différents, qui suscitent chez la personne un niveau d'implication plus ancré et une ouverture du zoom du regard plus large; la personne, invitée à changer de posture, est mise face à la question très implicite, du choix et de l'engagement. Ca n'est pas tout, nous notons un « ultime » stade, un second passage qui repose dans le questionnement suivant: « Est ce que je mets le sensible au service de ma vie, ou est ce que je mets ma vie au service du sensible et de son déploiement? Certes la réalité n'est pas si duale car tout s'interpénètre, mais nous avons consciemment forcé le trait pour mettre en avant la différence de lieu d'où se pose la question.

.Tout comme il existe une nuance entre être en rapport avec le sensible et vivre depuis le lieu du sensible. Cela ne suppose plus seulement un changement de regard mais aussi un changement de lieu en soi, C'est un acte total à la vie qui est proposé, dans ce qu'il engage d'authenticité, d'implication, de créativité, voire de radicalité envers soi-même; j'entends radicalité dans le sens positif d'être en cohérence avec le choix qu'on a posé, sans « petits arrangements «tacites » avec la vie. La liberté est exigeante! « La vie appelle la vie! » aime dire Danis Bois.

Force est de constater que ces questions s'enracinent dans la dimension holistique de l'Humain. C'est la dimension Totale de l'humain qui est convoquée, au sens « du conflit cosmique » dont parlait Minkowski, c'est à dire de réhabiliter l'être humain sans son unité primordiale. Les résistances rencontrées s'avèrent à la mesure de l'enjeu.

Roberto Assagioli, fondateur de la psychosynthèse et du développement transpersonnel a effectué une étude sur les troubles liés au développement qu'il nomme « spirituel ». Il discrimine cinq étapes au développement « spirituel » et définit les crises qui y sont associées. La première selon lui, précède l'éveil, la seconde est produite par l'éveil; la troisième, est la réaction qui suit l'éveil, la quatrième est une crise liée selon lui, aux phases du processus de transmutation. Enfin, il nomme la dernière la « nuit obscure de l'âme ».

-1ere étape : sensation de manque, insatisfaction vague, besoin de chercher un sens à sa vie. Etat de tourment et de résistance marqués par des stratégies de fuite et de compensation.

-2eme étape : crise morale culpabilité, jugement, remords, découragements. Phase de décomposition physique et intérieure. Insomnies, dépressions...

-3<sup>ème</sup> étape joie, euphorie, « état de grâce ». Mais « Flux et reflux » d'unité et de déni

-4<sup>ème</sup> étape : Découragement, auto-condamnation, sentiment de ne pas être capable de transmuter

5<sup>ème</sup> étape : traversée obscure, chaos avant la renaissance...

Fluctuant entre accordage et désaccordage, entre des temps d'unités et de fragmentations, la vie m'appelle à la cohérence et interroge ma responsabilité; je dois faire le choix du lieu dans lequel je décide de m'inscrire. C'est la cohérence et la volonté dans le sens de la motivation immanente, qui sont convoquées au bureau de la vie; Est ce que je fais le choix de rester dans ce contexte, ou bien est ce que je fais le choix de naître au lieu du sensible pour y installer ma vie advenir? Quelles sont les étapes à l'œuvre dans ce passage non pas au sensible, mais au lieu du sensible en moi.. Voici une tentative de catégorisation des étapes et enjeux de ce passage, Plus que de passage, nous parlons d'une conversion, véritable naissance à un nouveau lieu inexploré de soi..

La naissance telle que nous l'entrevoions, ancre son sens dans la notion de passage, c'est à dire, un passage d'un état vers un autre état, d'un lieu vers un autre lieu de soi. C'est un temps fondateur en soi....La naissance emporte avec elle les doubles notions de fin, de « mort » d'un état, d'un contexte, d'une relation... et de commencement... La naissance s'inscrit dans une temporalité singulière à la croisée d'un passé et d'un advenir. Elle porte en elle la vie, et tout le potentiel de découverte qui la soutend.

C'est un espace dynamique d'accueil et d'ouverture à tous les possibles, à l'inconnu, qui suppose qu'on laisse « quelque chose derrière », « pour aller vers » ou « laisser venir à. ».L'anthropologue qui veille en moi, ne résiste pas à porter ce regard spécifique sur ce temps fondateur de l'humain.

En tant que rite de passage, la naissance, selon Van Gennep, présente, d'un point de vue formel, une structure ternaire, associant une phase de séparation, où l'individu sort de son état antérieur, une phase de latence où l'individu est entre deux statuts, entre force de renouvellement et force de rétention, et une phase d'agrégation, où la personne acquiert et intègre son nouvel état; un regard, qui entre en voie de résonance avec le constructivisme immanent proposé par Danis Bois. 3

### **4.2.1 Début de l'itinéraire de ma naissance au lieu du sensible : les 3 étapes du processus à la lumière de mon expérience**

#### **1- La Phase de séparation, l'exode de son ancienne peau :**

« Je sens que je quitte une mue et que quelque chose se construit en moi. Cela m'échappe; C'est comme une poussée aux fesses, d'une puissance si inouïe, que je ne puis lui résister. Je sais une seule chose : je dois le laisser faire, laisser advenir. » extrait de mon journal 22 Janvier 2006

#### **2- Début de la traversée :: LA PHASE DE SUSPENSION février 2006**

## **A cheval sur mes paradoxes : le non-sens; le conflit des forces de rétention et de renouvellement**

### **A : De la nécessité de l'auto et du co-accompagnement : ou la phase de la pédagogie de l'objet.**

« On m'a annoncé une tumeur au creux de mon intime. Bénin? Malin? Le destin joue aux dés avec ma vie! Je suis en état de choc, assommée, somnambule sur le fil rasoir de ma vie! Que me dit mon corps que je ne veux écouter? J'ai la conviction que c'est une alerte, un appel de la vie à la vie, que je vais vivre à condition de lâcher prise et transmuter! La Belle affaire! Quel chantier! Je ne sais comment m'y prendre » Je réalise, que ma fierté d'y arriver seule, doit s'incliner devant le besoin d'être aidée ».29/01/06 extrait de mon journal.

« J'ai la conviction intime que je suis à l'aube de moi, comme aux premières lueurs du matin des mondes, face à l'immensité tout entière. Un frisson me traverse. J'ai peur de ne pas être à la hauteur de la Vie; Cela me paralyse, une vague de panique m'envahit devant l'ampleur de la tâche, devant le chantier de ma Vie qui commence. Suis-je assez forte? Le sol se dérobe soudain sous mes pieds; un rocher! vite un rocher! Une branche, que sais-je une poignée d'herbes auquel m'accrocher. Donnez-moi quelque-chose, vite! Une main?! »Extrait de mon journal. 12 Juillet 2006.

### **B – LA RENCONTRE DE L'HISTOIRE HUMAINE DANS MON CORPS**

« Depuis le traitement que j'ai reçu 'hier, je sens mon sacrum; il est algique; douloureux, mais il s'agit d'une douleur nouvelle, d'une nature jamais rencontrée jusque là dans ma vie. C'est une souffrance intime, un cri étouffé dans un murmure, la **détresse humaine** contenue dans la pudeur de mon intime, comme un **exil par delà les mémoires**. J'ai observé mon sacrum pendant le traitement, très fort, mais confrontant. J'y ait vu une entité en soi, intime, consciente, douée d'intelligence qui m'exhortait à oser entrouvrir mon coffre-fort intérieur 'en ai timidement levé un pan; AH! J'y aie contacté la peur humaine, la détresse archaïque! Dans cet effroi, étonnamment, j'ai éprouvé la plus douce des bienveillances, une compassion, plus encore une empathie infinie. Ce qui m'a le plus bouleversé, n'est pas la peur, c'est **l'empathie**

**bienveillante** qu'il m'a été donné d'offrir et de recevoir simultanément, pour la première fois, dans une interaction entre moi et l'humanité que je porte en mon sein , entre moi et moi-même ».30/01/06 Extrait de mon journal.

### **C-DE LA NECESSITE DE TROUVER SON FIL D'ARIANNE : ROLE ACTIF DE LA RECIPROCITE ACTUANTE et neutralité active**

« Je réalise que je **suis singulière au sein d'une communauté humaine**, par delà les temps, dans une interpénétration, une réciprocité actuante. Je comprends en cet instant que je dois rester connectée au **fil de la réciprocité actuante** entre moi, la vie et le lien. **J'ai une information immanente** : c'est dans cette qualité de réciprocité, depuis le lieu du sensible, que se joue **la voie de passage!** J'ai trouvé mon rocher! **La spirale processuelle de la réciprocité actuante** entre moi et moi, moi et le mouvement de vie, moi, le mouvement de vie et ma pratique, moi le mouvement de vie et les autres, moi, le mouvement de vie, les autres et le monde, dans une contagion à l'infini.... » 30/01/06  
C'est comme le jeu de « j'ai mis dans ma valise... » que nous faisons Romain et moi...Sourire, il est utile de rapatrier les hautes sphères à une réalité basique! »

### **D-TROUVER LE BON OUTIL POUR S'ACCOMPAGNER : La phase de la pédagogie du sujet**

« Je Vais utiliser **l'expressivité et la création artistique** pour me soutenir dans ce trajet et faire gonfler la contagion tonique, la boucle évolutive, C'est mon fil d'Ariane dans le dédale de mon chaos. **Ne pas lâcher mon fil** même dans la traversée des heures sombres ! C'est ça...! » Février 2006

### **E – DU BESOIN DE CREER ET DE NOMMER POUR SOUTENIR SA CREATION : INTERACTION ET RECIPROCITE : La phase de la pédagogie du projet du sensible**

« En ce moment je crée avec frénésie, je peint, dans la fièvre de mes nuits, pour goûter les couleurs du monde, et y rencontrer la mienne. je sculpte la matière, terre organique, pour advenir à ma forme. Je fait danser mes mains sur mon piano pour écouter ma note, Je m'accompagne, accrochée au fil la réciprocité actuante pour advenir, et je découvre dans cette interaction, le lieu d'émergence de mon immédiateté créatrice. » Février 2006 extrait de mon journal

« Je suis le sujet, l'objet, l'artiste et la spectatrice de ma propre sculpture identitaire. »

« Nommer, décrire, dire, poser des mots sur ma traversée me donne un cadre pour mieux la « gérer », offre une mise à distance qui me permet de l'observer pour en tirer du sens et être moins submergée. » Mon journal 13/06/07

« Enfin, j'écris pour naître à ma parole, à la mouvance inexplorée de ma pensée. « février 2006

8 Février 2006 : Improvisation nocturne.: voyage dans la nuit de l'âme; quand la douleur côtoie l'absolue beauté...l'oxymore de la vie s'est engouffré en moi, comme suspendue entre ciel et terre. Je traverse un douloureux et magnifique chaos!

« La nuit marche, elle conquiert le silence et je sais que sa route est longue, et j'espère, en ses reflets attardés sur les nues, l'écho des jours, les parfums du soleil.

Oh! Tout à coup ma route a plongé dans la terre, ma route vaste, cernée seulement du cercle horizontal!

Elle creuse sa voie dans ces champs ouverts aux labours des passants éternels; et leur pas et leur roue la creuse d'un sillon que chaque jour approfondie?

Là, c'est une autre nuit, non plus suspendue mais lourde, serrée et très dense. A droite, à gauche deux murailles gardent le défilé; mon regard se perd, tournoie dans un vide d'œil clos et revient tomber sur lui même dans l'autre nuit.

Je ne puis m'y résigner, mes yeux inutiles clignent sur de fausses visions, mes mains énervées tâtonnent et bégaient des gestes sans profitâmes oreilles recueillent des murmures embués..

Mon avancée devient un piétinement indécis.

J'ai peur, je ne puis m'affranchir des ces fantômes...

Mais ils s'éteignent et le Bleu est enfin là.

J'existe dans le bleu. Il n'est plus en moi où hors de moi qu'une seule luminosité.

Je répudie les relents du noir;

Et fortement, sans vertige, ni fièvre, je m'abandonne au grand bleu.

Alors tout change.

Mes pas se posent avec élasticité, ma fatigue s'allège, s'évade, se dissout dans l'air.

Mes oreilles entendent ce qui ne se dit pas. Mes yeux s'étire sous ce velours intime.

Je suis portée par une onde sans rive ni récif.

Et mon front qui ne craint plus, va droit et sûr à travers toute la Vie. » Nathalie

B 8/02/07

**E-DE LA NECESSITE DE VALIDER LES AVANCEES ET GAINS DE  
CONNAISSANCES DANS SON INTERACTION AVEC SON TRAJET :  
ou La Phase de la pédagogie du trajet**

**La marche pour chemin...**

*« Il y a plus à apprendre de ses pas que du lieu où l'on va. »D. BOIS*

14/02/07 « L'échographe est en état de choc; Ma tumeur a disparue! Je sors le menton haut, ouverte aux vents de l'être; Je tiens le bon fil!

Je téléphone à papa pour lui annoncer la nouvelle : « on a gagné! », c'est son anniversaire! Mon cœur déborde. » Extrait de mon journal.

« Dans mon introspection ce matin, j'ai senti que je pénétrais une terre intacte en moi où se meut une intelligence pure, Quel étonnement de capter l'intelligence pure à l'œuvre! Il y a quelques mois encore, il me fallait poser mon attention pour la sentir, aujourd'hui elle est là, comme une respiration profonde, avec la finesse d'une caresse et la frénésie d'une vague qui déferle et emporte tout sur son passage. Il est des instants où je sens rouler quelque chose en moi; un grondement sourd comme lorsque l'eau des torrents monte et met en mouvement des blocs de roches, oui, comme un éboulis d'intelligence, qui enfle prompte et si vive, qu'elle m'emporte parfois dans une inspiration effrénée. Parfois, elle se donne dans la douceur infini d'un souffle, dans un murmure d'amour, dans un frôlement subtil qui caresse ma pensée, et, dans un

inspir de gratitude, ouvre un espace qui n'existait pas encore; un verger d'immanence, et là, le sens se donne comme un fruit mûr que cueille l'âme et dont le jus savoureux perle avec délice au sourire du cœur ». Extrait de mon journal-10 juin 2007

### **F- DE LA QUESTION DE SON ENGAGEMENT DANS SON PROCESSUS : LA MOTIVATION IMMANENTE A L'EPREUVE**

Extrait de carnet d'itinérance. 15 Mars 2006

« Je sens une force vivante à l'œuvre en mon sein; une matrice douée d'intelligence pure, modeler sa sculpture encore inconnue, comme un embryon de vie en gestation au creuset de moi. Et quoi! Je suis enceinte de ma propre vie! Joie, effroi ! Se mêlent confusément. Mais qui est le père?! Je suis bien imprudente!. Rire..; En cet instant j'en deviens responsable. »

« Je ne dois pas lâcher mon fil, aller avec mon processus, l'épouser, ne plus résister.. »12 octobre 2007

### **G-DES INSTANTS DE GRACE**

« Je suis dans l'écoute de cette nuit du monde...  
L'imperceptible murmure d'une brise caressante,  
le souffle intime des arbres endormis,  
le chuchotement secret des roses,  
le glissement sourd du temps sur la pierre lisse et chaude,  
le chant de silence des étoiles à l'infini,  
L'écho fragile de la Vie en toute chose...  
Un rayon de lune redessine l'espace...  
J'entre en résonance avec la respiration du monde,  
dans un dialogue à l'inaudible, au sensible;  
L'expérience de la présence au TOUT,  
Un Tout qui est pur AMOUR... »

NB extrait de mon journal. 8 mai 2006.

« Les yeux pleins de ciel  
Je franchis les marches d'empire



Les rayons brillent en feux d'étoiles...

Je touche aux confins

L'espace vient à ma rencontre

Et je danse...

Je danse ma Vie... »

Extrait de mon journal d'itinérance Mars 2006

## **H- DES NUITS OBSCURES DE L'AME : une tension suspendue entre douleur et beauté**

« Je chute immobile dans mon vertige! » 26 Aout 2006 extrait de mon journal.

-L'ultime épreuve : 13/06/07

« Je traverse le non-espace-temps, le néant, la non-forme, l'entre-deux, suspendue entre ce qui n'est plus et ce qui n'est pas encore!

Mon dieu, si j'avais su que j'allais faire l'expérience de la béance, de l'absolue vacuité dans ma chair et au delà encore!

Quand? Ou? Comment s'achève l'épreuve du vide? Quel méandre, quel marécage de l'âme m'attend encore?

Quel abysse attend ma chute?

Traverser, traverser, traverser, il y a bien une voie de passage quelque part!

Plus je m'accroche, plus la paroi de ma conscience se fait lisse, plus le vertige m'aspire, m'engloutit! Je chute Haut! Traverser, traverser, s'est la seule chose!

« 13/06/07 l'ultime épreuve.

## **I- L'AUTO-CONDAMNATION, LE JUGEMENT, LE DENI DE SOI, D'ENCOURAGEMENT ... la porte de la somatisation: quand le corps fait mal**

« Je me dégoûte dans ce que je fais de ma vie, je ne respecte pas ce qui, pour moi, représente la plus haute valeur, je reste engluée dans ma boue, j'ai pas de courage; mon corps souffre! «28/01/07

## **J- L'EXPRESSIVITE POUR RENCONTRER L'AUTHENTICITE : LE LIEU PUR DE L'ACTE TOTAL A LA VIE**

### **Une expérience holistique**

« Pendant mon mouvement, soudain, J'ai posé le pas sur une terre vierge en moi, où coule l'absolue intelligence, la vie à l'état pur, La totalité, c'est là ma résidence » 10 Aout 2007

## **K- LE CHOIX ULTIME : LA RADICALITE ou LA FORCE DE L'EVIDENCE**

« Entre continuer à me cogner aux parois de ma vie et honorer le sensible, je dois choisir mon camp, ou je choisis la vie, ou je choisis la petite mort; Cette responsabilité m'appartient, c'est oui, ou non, tout simplement... Je décide de choisir la vie, l'amour AH !c'est bon. » 17 Novembre 2007

### **3. L'ultime étape : l'intégration le passage : l'accouchement la force du déclic quand tout est prêt....**

« *Veiller à ne sortir qu'en restant dedans, comme le veulent les lois propres au mouvement de la vie. Le mouvement de la vie, c'est un mouvement qui nous entraîne toujours vers des sorties.* » Santaner (1992, p.167) , cité par Jeanne-Marie Rugira (2004)

*C'est au nom de ce que nous vivons  
que la décision de changer nous prend.*

Danis Bois

## **A- CHANGER DE LIEU EN SOI**

« J'ai pris le toboggan de la vie, j'ai traversé, j'ai changé de lieu, je suis né, le bébé est tout rose » 22/Nov/2007

## **B- LE TEMPS DE L' AGIR; DE L'ADVENIR : L'ACTE TOTAL A LA VIE**

« Je prolonge la force du mouvement qui m'anime en 'action, c'est juste ou pas, c'est mon seul critère! », je lui fait toute confiance. Je suis action, c'est bon! Je suis motivée par le seul désir d'aller à la découverte de la Vie au nom du Vivant que je porte » 24 novembre 2007

« Je réalise que j'appartiens à la Vie, au futur » 25 Nov 2007

## **C- L'APPARTENANCE A LA« DIVINE HUMANITE », une expérience holistique**

« Je suis réunifiée à la totalité primordiale »

21 nov 2007

## **D- PLUS QU'UN PASSAGE : UNE CONVERSION**

« J'honore le vivant, j'habite dans le lieu pur du sensible désormais, sans retour possible, je suis en paix, amoureuse, vivante, AH! » Mon journal 26 novembre 2007

*« Je me suis réveillée affamée;*

*Pour n'avoir plus mangé depuis des lustres*

*J'avais faim de terres, de continents, d'Orient,*

*D'Afrique, d'orage, de tumultes.*

*Un appétit dévorateur de parfums me tenaillent le ventre,*

*Sel sur la peau, ambres et onguents, l'odeur de la poussière des terres du monde.*

*J'avais envie de mordre la chair crue d'un poisson,*

*De déployer mon ouïe dans la symphonie du monde,*

*De regarder pour voir vraiment et m'éblouir de*

*Lumière, de plonger mes mains dans la terre chaude;*

*Retourner au monde qui roule et qui mugit*

*Et y séjourner en paix... » Extrait de mon journal*

## **4.2.2 Les trois étapes constitutives de la naissance au lieu du sensible**

**A la lumière de ce premier filtre d'analyse je propose une seconde lecture révélant des 'invariants, porteurs de sens pour la communauté. »**

**1- Temps de l'exode, de l'expatriation; la phase de séparation : un « mouvement qui me sort de.. »**

« c'est comme un appel irrésistible, c'est plus fort que moi », cette séparation est impulsé d'autorité, presque à l'insu de soi sous la forme d'une force d'autorité ou une force d'évidence; où l'on quitte un ancien lieu de soi. La personne se sent changer sans en être véritablement l'actrice, sans pouvoir vraiment poser des mots sur les enjeux et les effets en soi « Je sens que je change pas je ne sais pas trop ce qu'il se passe », « je sens que je quitte une mue, que ma matrice est à l'œuvre, je vais dans l'inconnu »nb; 23/03/06, «cela me dépasse, c'est comme une poussée d'une force inouïe »nb 27/03/07

**2- Un temps de latence active, de gestation entre beauté et chaos de l'âme, fixité et mouvement, élan et repli, aspiration et peur.**

**C'est une période de tensions duales, d'auto-condamnation voire de déni :**

« je ne suis même pas capable de dépasser ma peur, je me dégoûte »nb,

**-Une phase de paradoxes « douloureux et magnifique chaos »nb23/04/06**

**et de perte de sens : en tant que direction, valeur, orientation et compréhension;** qui exhorte à trouver des stratégies de compensation, des outils de voies de passage comme :

**Stratégie de re-création de soi** sous la forme d'un :

**-besoin de parole, de se dire,** d'être accompagnée, de nommer pour comprendre ce que je traverse. « je suis perdue, besoin qu'on m'accompagne, qu'on me redonne un sens, un direction. »nb extr.de journal 22/03/2006 »je vois, au fil des mots, le sens se reconstruire)nb 04/06/06

**-un besoin de création, un mouvement de retour, d'exploration intérieure** pour m'accompagner dans mon processus de « remise » en forme, et de recherche du sens. la « neutralité créactive » (« je suis active dans cette phase de latence en créant pour me créer »nb)

« je me manque »nb.18/05/06 « en sculptant, je me donne forme »)

nb14/10/06 .

Au moment où je suis au **cœur du passage**, se pose

La question fondamentale :

-du choix de m'impliquer ou pas dans mon processus, de la valeur que l'on donne à ce qu'on vit »,

-du choix d'y engager ma responsabilité ou pas, du choix d'aller dans et avec mon processus ou pas. »je voudrais tant être fidèle à ma source! »nb1/06/06.

Dans ce passage, c'est son engagement, dans son processus qui est questionné, sa motivation immanente qui est mise à l'épreuve.

« Cette tonalité là est sacrée! Je ne dois pas la lâcher! Si je la lâche, je me nie! Cest ma responsabilité de la protéger. » extr.journal 20/03/06.

On le voit bien, on fait le choix ou pas de « prendre le toboggan de la vie », comme l'enfant à naître.

C'est une phase de négociation des forces contraires avec des pics de beauté exaltée et de repli. Cette période peut durer longtemps ou pas, cela dépend de sa structure d'accueil.

### **3- Le temps de l'action agissante, le temps de l'advenir : phase d'intégration**

**La force du déclic, quand l'heure est venue et je suis prête;** le fond réunifié à ma forme me met en action agissante sur mon rapport au monde et à moi-même. **C'est la phase d'intégration, d'agrégation, de cohérence retrouvée.**

#### **Le moment des actes fondateurs**

C'est une phase de prise de conscience à posteriori, d'accès à la connaissance par contraste et de validation dans l'action.

#### **MISE EN ACTION : de la fixité au mouvement en action**

-Je me surprend à moins avoir besoin de parler mais plutôt d'agir.

-Je me surprend à valider ma confiance et à épouser mon mouvement de vie dans **l'agir**.

Je réalise par contraste que j'ai **changé de lieu. J'observe et j'agit depuis un autre lieu ...**

#### **CHANGEMENT DE LIEU : CHANGEMENT DE REGARD**

Je réalise que je pose mes choix depuis le lieu du sensible. »Je suis juste, dans le lieu juste, je colle à ma coulée de vie, je n'ai plus peur » nb25/11/2007 « je ne dois intervenir sur ma vie, mais juste toujours faire corps avec la forme, le verbe que m'insuffle mon mouvement »24/11/07

- je prend acte que j'habite le lieu du sensible dans l'enceinte de mon corps, j'ai changé de lieu en moi et je regarde la vie depuis le lieu du sensible, j'ai traversé, ça y est! »23/11/07nb

**gain perceptif**

Je renoue avec des tonalités que j'avais perdues, j'en découvre de nouvelles plus subtiles encore :

**- radicalité**

Je constate par la connaissance par contraste que ma manière d'être au monde a changé. »j'ai fais la bascule, je ne pourrais plus revenir en arrière «.: il y a une certaine

**CHANGEMENT DE RAPPORT AU TEMPS : L'ADVENIR**

Je réalise que J'appartiens au futur, à ce qui n'est pas encore là.:

**CHANGEMENT DE MOTIVATION**

Je réalise que j'agis au nom du vivant, au nom de ce que je vis au contact du sensible

J'honore le Vivant, J'engage ma vie « au service du vivant »nb 26/11/07

je réalise que mes anciens problèmes n'en sont plus. « Je ne me souviens même plus pourquoi j'avais peur. Je suis à des années lumières de tout cela, je n'en reviens pas!!! » 27/11/2007nb

Envie d'aller à la découverte de ma vie.

- je mesure que je suis heureuse, apaisée, dans un nouvel ancrage identitaire  
« je suis heureuse, amoureuse.. »24/11/07

**SENTIMENT DE RELIANCE, D'UNITE entre la dimension holistique est unifiée et mon quotidien**

« j'appartiens à la vie, en lien avec le tout »19/11/07

-je réalise que je goûte la saveur d'être accordée avec la totalité

**CONVERSION : UNE NAISSANCE, L'ACTE TOTAL A LA VIE**

« Je réalise que j'ai traversé, et que plus qu'un passage, c'est un renouvellement radical de mon regard, une **conversion** au vivant au nom de la valeur que je lui accorde. »

### 4.3 La marche pour chemin.... A la croisée de mes trajets, la rencontre de la Totalité.....

#### **Dans le prolongement de la spirale processuelle du sensible Tentative de catégorisation.**

Aujourd'hui la méthodologie de la SSP s'avère être pionnière dans sa capacité à proposer des protocoles et conditions invariantes de l'accès à l'expérience du sensible,. De longues années de recherches ancrées dans la rencontre de la théorie et de la pratique, ont permis d'élaborer des outils pédagogiques efficaces dont nous avons présentés les intérêts pour permettre d'enrichir le champ perceptif des personnes coupées de leur corps. Nos outils convoquent la personne à faire l'expérience d'elle-même et à en tirer du sens pour sa vie. Cette nouvelle manière d'être à son corps, génère une forte mobilisation cognitive. Le corps devient le théâtre de nouveaux apprentissages et de croissance.. C'est là que s'opère une phase de négociation entre les informations internes nouvelles et la structure d'accueil préalable. C'est ce que Danis Bois nomme le « constructivisme immanent. »; Une phase plus ou moins longue chez les personnes. Les récentes recherches ont ouvert la voie à une compréhension du déploiement du sens.

Six conditions permettant l'émergence et le déploiement de sens ont été mises à jour

- Un contact avec un **nouvel état corporel sensible**, permettant de révéler l'état corporel antérieur.
- Une capacité à **distinguer** entre le phénomène perceptif nouveau et le connu.



- Une capacité à **faire des liens** entre une sensation et une information, entre une information et la structure d'accueil existante.
- Une capacité à **accorder une valeur**, un intérêt, à l'expérience vécue.
- Une capacité à **repérer ses propres changements de points de vue** et de représentations.

Une capacité à **valider ses modifications** de stratégies de vie.

Par ailleurs, les dernières investigations ont révélé l'existence d'un processus, représenté sous une forme spiralée pour signifier l'engendrement mutuel des étapes. Ce processus est nommé « **spirale processuelle du rapport au sensible** ».

*« Nous assistons à l'émergence d'un processus chronologique mis à l'œuvre dans la transformation perceptive et cognitive : de la chaleur naît la profondeur ; de la profondeur émerge la globalité, de la globalité éclot la présence à soi et depuis la présence à soi se manifeste le sentiment d'exister, » la personne se vit se percevant elle-même dans l'expérience. Ainsi, est-il désormais reconnu qu' une nouvelle manière d'être à son corps invite à une nouvelle manière d'être à soi et au monde. »*Danis Bois

**La catégorisation** qui suit est issue d'une collecte de données de mon propre journal d'itinérance croisée avec les données de mon journal de pratique. Les citations NB, datées sont issu du premier et concerne mon expérience du sensible; Les autres citations proviennent des données collectées auprès de 6 personnes dont les retranscriptions figurent en annexe.

**Le contexte étant le suivant :**

-Contexte- consignes- population concernée :

-Dans le cadre de mon cabinet, une proposition d' explorer une expressivité libre à l'issue d'un accordage assis, en respectant le protocole et les consignes spécifiques, établie par la psychopédagogie : respect de la lenteur, la cadence, l'orientation, l'amplitude, puis une à une les consignes s'effacent pour ne garder la seule lenteur dans l'expressivité libre. La posture de la réciprocité active est le support de cette expérience. Une musique douce accompagne l'exercice qui dure 20 minutes. La collecte des données s'est faite auprès de 3 personnes adultes au terme de leur quatrième séance individuelle : une danseuse, un

informaticien, une femme retraitée, tous trois novices dans la pratique gestuelle du sensible.

-Dans le cadre d'un stage de DU en art-thérapie, mouvement et expressivité en juillet 2007 à Bordeaux auprès de 3 personnes expertes, au sein duquel j'étais assistante.

Nous avons recueilli leur témoignage, à l'issue de l'exercice dans un entretien en post-immédiateté, sur le mode de la Directivité informative. Nous n'avions pas établi de catégorie à priori. Les questions, sur le mode de la directivité informative, étaient les suivantes : quels ont été les moments forts dans l'expérience vécue, et les décrire ? qu'est ce que cela évoquait en eux et pour leur vie? qu'est ce qui était nouveau pour eux? A quel moment la personne s'est-elle sentie touchée, impliquée dans son expérience? Quelles pensées, émotions, sensations ont émergé à ce moment là? Qu'a ressenti la personne dans les temps d'amplitude, les temps d'extension, de pause, de repli, d'ouverture, d'avancée et de recul ?et enfin quel sens et prise de conscience pour elle et son rapport à la vie?

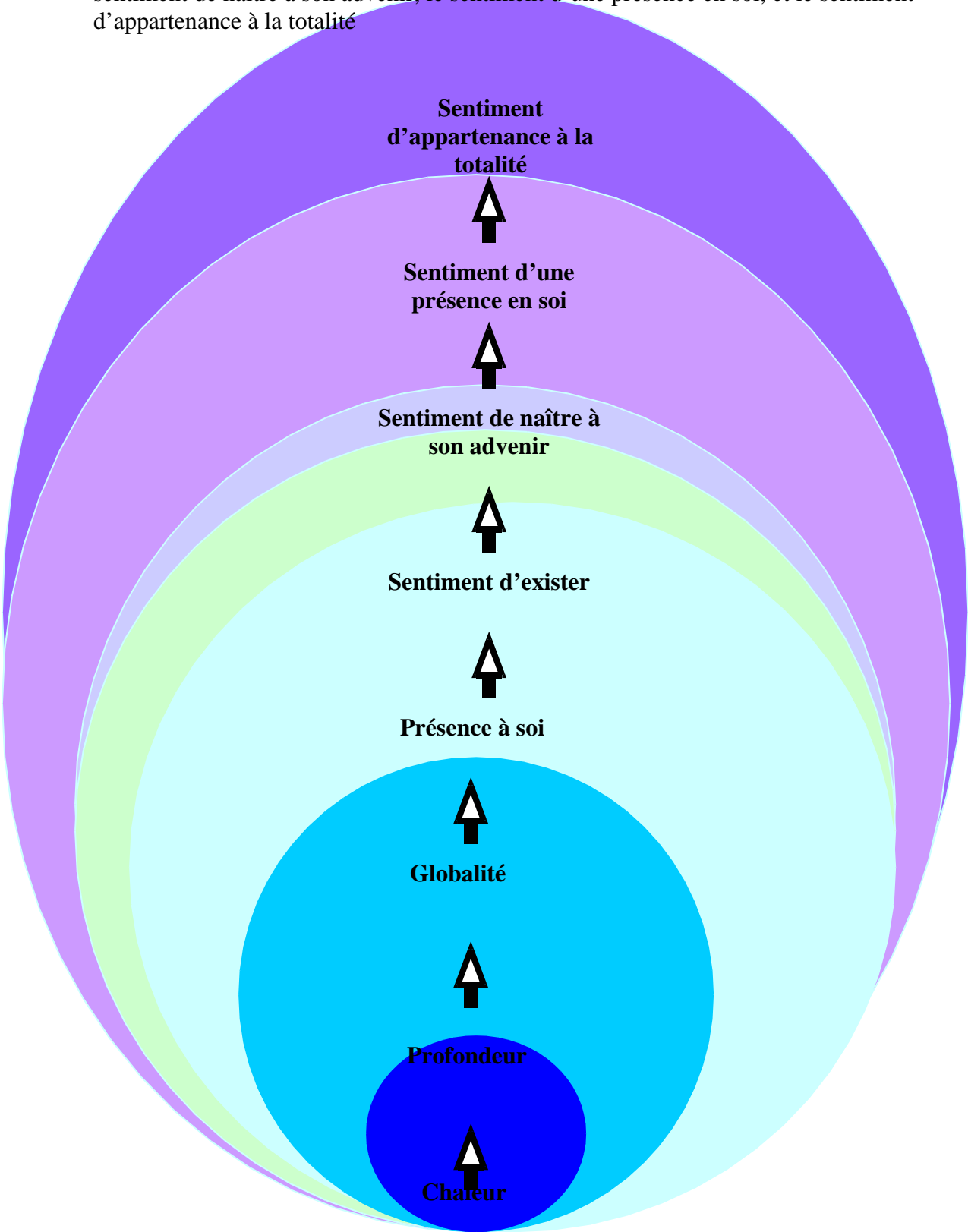
Cette catégorisation n'est qu'un premier pas, une première étape, une esquisse, que nous souhaitons approfondir de manière plus exhaustive dans un temps proche, tant son contenu est riche. Il serait pertinent de dégager une lecture des phénomènes internes organiques, des informations de type psychologique, cognitif, comportemental et « spirituel » qui sont sollicités dans chacune des 3 catégories associées.

Nous tenons à préciser que ces catégories s'interfécondent et sont de nature émergente, en croisant les 6 témoignages de manières transversales et le récit de mon parcours personnel et professionnel au cœur de l'expérience du sensible, transcrite quotidiennement dans mon journal.

Sentiment de naître à son advenir	Sentiment d'une présence en soi	Sentiment d'appartenance à la Totalité : une expérience holistique
<p>« Je sens que la <b>vie est devant mes yeux</b>, devant moi, je la regarde arriver, ça change tout!»T</p> <p>« j'ai senti mon mouvement <b>aller vers</b> ...et en même temps, j'ai <b>accueilli</b>, c'était <b>double en même temps</b>. »T -PR1novice</p>	<p>« je sens la présence d'une <b>intelligence suprême, autonome</b>, qui coule en moi » NB 05/06/06</p> <p>« Je veux me laisser pétrir par la main bienveillante de cette <b>présence vivante en moi</b> »NB 04/06/06</p> <p>« Je sens une présence en moi sous la forme d'une <b>intelligence pure, autonome</b> qui se meut en moi »NB 05/06/06</p>	<p>« Je fais l'expérience de la <b>Présence au Tout</b> un tout qui est pur Amour... »NB 8/05/06</p> <p>« J'accueille et vis l'expérience du sacré en moi qui s'incarne dans ma chair, le « Divin » et l'humain s'épousent en moi »NB 04/06/06</p> <p>« J'accède au lieu de LA Connaissance » NB 16/08/07</p>
<p>« J'étais en même temps présente à ce <b>qui était là et à ce qui allait arriver</b>, je n'avais jamais vécu ça» L -PR3novice</p> <p>« J'ai senti une ouverture en moi, un élan : <b>j'appartiens à la Vie !</b>»L-PR3</p>	<p>« Au moment du retour sur moi après l'extension, j'ai senti un état de recueillement, je me suis <b>sentie honorée</b> de cette <b>présence de vie pure, absolue, douée d'intelligence en moi</b>; là j'étais si touchée que je l'ai remerciée et j'ai eu envie de <b>l'honorer à mon tour</b> »NB 7/06/06</p> <p>« .. <b>Elle m'a tant manqué</b>, une douce mélancolie m'a envahit à cette pensée; <b>je ne veux plus la perdre</b> »...NB 07/06/06</p> <p>« Oh! Tu étais en moi, avec moi, c'est moi qui n'étais pas avec Toi.. » NB 07/06/06</p>	<p>« Dans l'introspection aujourd'hui, je pénètre <b>un lieu où tout s'épouse</b>, l'impermanence et l'immuable, l'instant dans l'éternité, l'éblouissement dans l'ordinaire, l'immédiateté rejoint la mémoire de l'aube des temps, le détail contient l'infini, l'humain, le sacré, le dedans, le dehors, le mobile dans l'immobilité, dans une <b>unité totale</b>, sans prédominance ni confusion »NB 04/06/06</p>

<p>« J'ai senti comme <b>une envie</b>, une joie <b>d'aller découvrir</b> ce qui m'attendait, c'est nouveau pour moi » »avant, je voulais contrôler et là, j'ai plus besoin, j'ai plus peur, j'avais juste envie»M-PR4experte</p> <p>« pour la première fois, j'ai senti un état de <b>confiance</b> à ce qui allait m'arriver.. »M-PR4</p>	<p>« Il est des instants où je sens rouler quelque chose en moi, comme un éboulis <b>d'intelligence, qui enfle prompte et vive en moi...parfois elle se donne dans la douceur infinie d'un souffle, d'un murmure d'amour.</b> » 10/06/07 NB</p>	<p>« Je rencontre, au contact de l'expérience du sensible, des <b>terres vierges, intactes</b>, en moi, un lieu pur, infini d'amour, <b>où la totalité s'incarne dans l'instant</b>, je suis émerveillée, obédiente»NB</p> <p>12/08/07</p>
<p>« Dans l'extension du bras, j'ai senti que j'allais toucher ma vie et qu'elle venait me toucher » « J'ai senti une <b>implication</b> incroyable à ma vie, j'étais concerné comme jamais par toutes les nuances de mon mouvement, c'est mon plus beau voyage, je veux vivre ça dans ma vie »O-PR2; novice</p>	<p>« je sens <b>une matrice</b>, j'en sens les volumes, la respiration autonome et la texture; elle est mouvement dans l'immobilité »...NB 10/08/07</p>	<p>« Je me glisse dans cette coulée de vie absolue, c'est ma résidence »NB 24/11/07</p>
<p>« Au moment où je me suis ouvert, dans l'<b>amplitude</b> des bras, je me suis senti <b>libre</b>, offert, avec le sentiment de <b>faire corps à la vie!</b> »B-PR5 experte</p>		
<p>« je me suis laissé emmener par mon mouvement là, où il allait, je me suis laissé goûté par sa douceur, et <b>j'étais à la fois dans le présent et le futur, en un même point et partout à la fois</b> »S -PR6expert</p>		

Spirale processuelle du sensible créé par Danis Bois et auquel je propose d'ajouter le sentiment de naître à son advenir, le sentiment d'une présence en soi, et le sentiment d'appartenance à la totalité



Ainsi, à la lumière des premiers résultats, prenons-nous acte que le contenu collecté interroge une posture face à la temporalité de la vie radicalement singulière, un **chiasme au carrefour du présent et du futur**. Il questionne la personne dans sa confiance et son implication face à l'action à venir dans sa vie et emporte la question d'un lieu de nouveauté, d'ouverture en soi.

Par ailleurs, la question de la **présence en soi**, différente de la **présence à soi**, et de la **présence au tout**, questionne la présence d'une intelligence autonome en soi, une entité ou force de vie qui inspire un profond respect et véhicule de connaissance. On le voit bien, le mouvement change ici de statut. La question ne se pose plus tant en terme de sensation, mais en terme de qualité d'intimité, de rapport et d'interactions, irions-nous jusqu'à dire en terme de qualité de réciprocité actuante entre soi et une force à l'oeuvre, au sein du lieu du sensible.

.Enfin, dans l'appartenance à la Totalité, c'est la question de l'humain dans son unité fondamentale qui est abordée « le fameux conflit cosmique » de Minkowski.

Dans cette troisième catégorie, c'est la dimension holistique de l'expérience du sensible qui est convoquée...Voici une porte qui s'ouvre vers de riches investigations.

## Chapitre 5 Conclusion et discussion

A l'issue de ce travail, nous pouvons affirmer, du point de vue de l'accompagnement, que la psychopédagogie perceptive propose des « outils » novateurs d'accès à l'expérience d'une temporalité singulière dans l'enceinte du corps, à la croisée des chemins du présent et du futur d'où émerge l'espace de l'advenir.. Notre recherche nous a offerte l'occasion de mieux comprendre les étapes et la nature de ce processus, étapes que nous avons catégorisé et classifié afin de mettre à jours des invariants porteurs de sens pour la communauté.

J'ai passé toutes ces nuits dernières à me laisser réfléchir, comme on le dit d'un reflet dans l'eau.

Je n'ai fait en somme qu'offrir, à un questionnement passionné, le miroir de mon attention.

Mais à peine ai-je lancé les filets de mes mots pour les ramener au rivage, que tout s'esquive.

Je vais tenter d'écrire comme on se tait, je vais tenter de dire comme on se tait; de cet espace intime du silence où le temps dissout sa chronologie, pour advenir au réel; où l'invisible se hisse au niveau de mes yeux, pour s'offrir à l'étonnement de ma pensée.

Et j'entends, du fond de moi, cette mélodie que rien n'a jamais fait taire, mêmes au creux des heures souterraines de mon âme. Ce vibrato profond qui m'émeut de sa tonalité si délicate, et répond, à son propre appel.

En cet instant, je saisis, dans ma chair mauve, une danse immobile, qui offre sa grâce au crépuscule chatoyant de mes yeux, éblouis.

L'émotion qui m'étreint est si douce, que des larmes chaudes perlent à mon cœur.

Là, Je pose mon pas sur des terres intactes, où coule une intelligence pure, une source jaillissante à laquelle j'épanche ma soif créative.

J' en ressent l' immensité dans le le lieu de mon corps, je la vit, au diapason de moi, et en livre les effets, au terreau de ma pensée. Je nait, à la poésie de son verbe, j'épouse, l'impulsion de son geste et j'advieus, à l'éternelle nouveauté de l'agir. J'ai traversé. «Il est des moments absolument organiques, qui embrassent toute l'humanité».

L'itinérance fut longue, pour la femme que suis, jusqu'à ma terre. Jetée aux vents des mondes, fauchée, aux roulis des peurs humaines, emportée, aux tourments de la tranquille turbulence des vagues contraires, et...livrée, harassée, au magnifique chaos du non-sens..

Des instants suspendus, d'une vertigineuse et déchirante descente et traversée, verticale, horizontale vers ma « divine humanité ». Oui, ma chute fut haute, et ma traversée, tempétueuse, mais réelle..

Et ce goût lointain, au fond de ma cale, comme un exil, une mélancolie, une solitude.

Et m'abandonner à la dualité qui me submerge! quand la transformation de l'âme est à l'œuvre, vers son absolue beauté.

Libre et soumise, fragile, inaltérable, aimante et froide, anéantie mais vivante.

L'oxymore de la vie, s'est engouffré tout entier, aux confins de mon être. Je l'ai porté, comme un coffre impossible à fermer, tant il est plein de toute l'histoire humaine, impossible à ouvrir, tant ce qu'il recèle est intime, singulier, comme un secret tapie au creuset de de mon féminin.

J'ai voyagé en plus de pays que je n'ai touché; mon soleil, mon clair de lune, mes étoiles, mon moment, tout passe, toutes les choses, en un défilé qui m'est intérieur; et toutes les cités humaines en moi, font leur rumeur.

Mon cœur, rendez vous de l'humanité, mon cœur hôtel, mon cœur ouvert aux vents, mon cœur muraille, mon cœur barrage, mon cœur fissure, mon cœur innocent, plein et vide.

Tous les amants se sont aimés dans mon âme, les clochards y ont trouvé repos, j'ai embrassé tous les sentiments, commis tous les crimes, goûté cette fièvre, au fond des coupes.



j'ai éprouvé les humeurs, du monde.

Réaliser en soi, l'humanité de tous les moments, en un seul moment diffus.

C'est dans cette phase de l'entre-deux, de tension suspendue entre ce qui n'est plus et ce qui n'est pas encore, que j'ai ressenti, le besoin organique, de consacrer mon temps à la création artistique. Dans ce temps de latence active, dans cet état de neutralité active, j'ai usé du média de la création, De cette manière, je me suis, auto-accompagnée, dans l'exploration des contours d'une identité en gestation; l'élan artistique et moi, main dans la main, dans une relation réciproque, pour accompagner le processus d'un nouvel ancrage en devenir, qui prend forme sous mes yeux.

Tour à tour, entre fixité et mouvement, les repères de l'ancien moi s'étirent, résistent pour enfin s'abolir. J'ai été le sujet, l'objet, l'artiste et la spectatrice de ma propre sculpture identitaire.

A cette période, j'ai peint, dans la fièvre de mes nuits, pour goûter les couleurs du monde, et y rencontrer la mienne. j'ai sculpté la matière, terre organique, pour advenir à ma forme. J'ai fait danser mes mains sur mon piano pour écouter ma note; Enfin, j'ai écrit pour naître à ma parole, à la mouvance inexplorée de ma pensée.

J'ai fait de même, dans ma pratique professionnelle, auprès des personnes que j'accompagnais, dans un frottement porteur de sens. J'ai vu à l'œuvre, les sphères personnelle et professionnelle évoluer, ensemble et réciproquement, dans un transfert permanent et une résonance contagieuse. L'une transformant, l'autre et inversement. Je me suis alors sentie, plus que jamais, impliquée dans mon processus, j'en suis devenue la partenaire, engagée et responsable, dans une relation de réciprocité actuante avec lui. Je renouais avec le sens, comme un fil de lumière que l'on déroule. : De l'exil aux premiers pas vers des « retrouvailles ». La réciprocité actuante, mon fil d'Ariane, dans le dédale de mon chaos, fut ma voie de passage.

J'ai pu observé en moi le miroir de l'humanité, avec ses ombres et ses lumières; acte en rien narcissique, puisque j'ai fait cela, au nom de l'oeuvre humaine dans laquelle j'inscris ma trace.

C'était pour moi, un support, pour me laisser toucher par l'autre "je", intime, sensible, étonnamment intelligent, qui habite au plus beau de moi. Et, je fais le choix de lui accorder toute sa place.

De tous mes voyages, je n'ai jamais plus lâché, ce fil de l'émerveillement. Ce fil, qu'il suffit de dérouler, pour faire surgir l'entière création.

Les parois de ma vie ont fini par céder, dans l'instant d'un chiasme, l'amour a tout envahi.

J'ai touché ma terre; le lieu du sensible, la chair du monde. Dès lors, je renaît à ma manière d'être à la vie, et j'interagis avec le monde, depuis ce lieu, ouverte à ce que je ne connais pas encore..

Plus qu'un passage, c'est une conversion, au nom de ce que je vit au contact du vivant.

Je suis mon questionnement et je porte, dans l'enceinte de mon corps accordé, le potentiel créatif de sa propre résolution, à la seule condition, que je fasse le choix, d'y contempler l'absolue beauté. C'est le prisme de mon regard qui a transmuté.

Aujourd'hui, je m'engage dans une manière d'être à ma vie inédite, j'ose l'amour, au nom du vivant que j'honore.

En cet instant, j'en témoigne devant vous, que j'aime éperdument vivre.

Nathalie BOIS. 27 novembre 2007

« Tous les matins sont le matin et la vie  
Toutes les aurores brillent au même endroit :  
l'infini.. »

Nathalie BOIS 27 nov 2007

« ..Je m'abandonne à cette idée  
D'une tranquille éternité  
J'entre dans le bleu  
Et je ne pense à rien  
Je ne pense plus  
Alors, doucement tendrement  
Ton visage se révèle  
Comme l'origine qui m'invite à m'élever  
Vers le démesuré, l'inaltéré  
Désir de Bleu. »

Vincent Huyghe. Ile. 2005

## Bibliographie

Amar Yvan. 2005. *L'Effort et la Grâce*. Paris : Éditions Albin Michel. 205 p.

Amar Yvan. 2000. *Les nourritures Silencieuses-Aphorismes* : Editions le Relié Poche. 160 p.

Assagioli, Roberto. 1988. *Le développement transpersonnel* : Editions Epi..

Barbier, René. 1996. *La recherche action*. Paris : Éd. Économica. 112 pages. Chap. 5, p. 83-104.

Berger, E. 1999. *Le mouvement dans tous ses états : les recherches de Danis Bois*. Paris : éditions point d'appui.

Berger, E. 2000. Le sensible et le mouvement. *Thérapie psychomotrice et recherche*, 123, pp. 80-90.

Berger, E. 2004. *Approche du corps en sciences de l'éducation, analyse critique des point de vue et positionnements de recherche. Perspectives pour un lien entre éprouvé corporel et relation pédagogique en formation d'adulte*. Mémoire de D.E.A., Université Paris VIII.

Berger, E. 2005. *Le corps sensible : quelle place dans la recherche en formation ?* In C. Delory-Momberger (dir.). *Pratiques de formation, Corps et formation* (pp. 51- 64). Paris : Université de Paris 8.

Bobin, Christian. 1994. *L'inespérée*. Paris : Éditions Gallimard. 117 p.

BOIS, Danis. 2001. *Le sensible et le mouvement*. Paris : Éditions Point d'Appui. 146 p.

BOIS, Danis. 2002. *Un effort pour être heureux*. Paris : Éditions Point d'Appui. 110 p.

BOIS, Danis. 2007. *Corps sensible et transformation des représentations. Propositions pour un modèle perceptivo-cognitif de la formation d'adulte*. Thèse Doctorale Européenne présentée à l'Université de Séville.

BOIS, Danis. 2006. *Le moi renouvelé. Introduction à la somato-psychopédagogie*. Paris : Éditions Point d'Appui. 251 p.

Bois Danis., « La fibre humaine de l'artiste », dans *La presence totale au mouvement*,  
Entretien, 2003 (*document audio*).

Bony M., *La parole sensorielle*, Mémoire de Diplôme International MDB, sous la direction de Didier Austray, Juin 2004.

Copeau J., *Registres I – Appels*, Gallimard, 1974.

Courraud-Bourhis, Hélène. 2002. *Le sens de l'équilibre*. Paris : Éditions Point d'Appui. 110

*Courraud-Bourhis, Hélène. 2005. Biomécanique sensorielle et biorythmie*. Paris : Éditions Point d'Appui. 142 p.

Craig, E.P., « La méthode heuristique: une approche passionnée de la recherche en sciences humaines », dans *The heart of the teacher, a heuristic study of the inner word of teaching*, Université de Boston, Graduate School of Education, 1978.

Decroux E., *Paroles sur le mime*, Editions Gallimard, 1963.

Depraz N., *Husserl*, Paris : Armand Colin, 1999.

Dilthey W., *Introduction aux sciences de l'esprit*, Oeuvres complètes T. I., Paris : Cerf., 1992.

Douglas B.G. & Moustakas C., « Heuristic inquiry; the internal search to know », *Journal of humanistic Psychology*, 1985.

Grotowski J., *Pour un théâtre pauvre* ed. B 1970.

Honoré, Bernard. 1992. *Vers l'œuvre de formation : L'ouverture à l'existence*. Paris : Éditions L'Harmattan. 250 p.

Husserl E., *Idées directrices pour une phénoménologie, Vol.1, Paris : Gallimard, 1965.*

Huyghe, V. 2006. *Accompagnement et corps sensible : recherche sur la relation au corps sensible comme alternative à l'accompagnement des personnes en formation dans leur processus d'apprentissage. Mémoire de Master en Ingénierie de la formation, fonction d'accompagnement de la personne en formation, Université François Rabelais.*

Huyghe V. 2006. *Ile-Recueil de poésies : Editions La part des anges.*

Josso, Marie-Christine. 1998. « Cheminer avec : interrogations et défis posés par la recherche d'un art de la convivance en histoire de vie ». dans Pineau Éditeur. 1998. *Accompagnement et histoire de vie. Paris : l'Harmattan : collection histoire de vie et formation.*

Josso, M.-C. 1991.. *Cheminer vers soi. Lausanne : L'âge d'homme.*

Le Grand, J.-L. & Pineau, G. 1996. *Les histoires de vie. Paris : P.U.F. (1<sup>ère</sup> édition, 1993).*

Leão M. 2002. *La présence totale au mouvement, ed. Point d'appui.*

Leão, M. 2002. *Le prémouvement anticipatoire, la présence scénique et l'action organique du performeur. Université Paris VIII, thèse de doctorat en arts, philosophie et esthétique.*

Leão, M. 2000. *Le prémouvement anticipatoire, la présence scénique et l'action organique du performeur. Université Paris VIII, thèse de doctorat en arts, philosophie et esthétique.*

Maine de Biran. 1966. *L'effort, textes choisis. Paris : PUF.*

Micoud. A., « Entretien avec André Micoud : Un herméneute en prise avec ses objets »,

*ethnographiques.org, numéro 9, février 2006 [en ligne]*

<http://www.ethnographiques.org/2006/Dumain,et-al.html>

Merleau-Ponty M. 1945, *Phénoménologie de la perception, Paris : Gallimard.*

Merleau-Ponty M. 1964., *Le visible et l'invisible, Paris : Gallimard,*

Moustakas C., *Phenomenological Research Methods, Tousand Oaks: Sage, 1990.*

- Minkowski, E., (1995) *Le temps vécu*, Paris : Quadrige PUF
- Mucchielli, A. (1994). *Les méthodes qualitatives*. Paris : PUF (2<sup>ème</sup> éd.).
- Mucchielli, A. (2004). *Méthode d'analyse phénoménologique*. In A. Mucchielli (dir.).  
*Dictionnaire des méthodes qualitatives en sciences humaines*. Paris : Armand Colin.  
pp. 191-192.
- Noël, A. (2000). *La gymnastique sensorielle selon la méthode Danis Bois*. Paris : éditions  
point d'appui.
- Paillé A., Mucchielli A. 2005. *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*. Paris :  
Armand Colin Éditeur. 211 p.
- Piaget, J. (1998), *La psychologie de l'intelligence*. Paris : Armand Colin.
- Pineau, G. & Le Grand, J.-L. (1996). *Les histoires de vie*. Paris : PUF.
- Ricœur, P. (1986). Phénoménologie et herméneutique. In Ricœur. *Du texte à l'action* (pp.  
61-81). Paris : Points Seuil.
- Rilke, Rainer Maria. 1997. *Lettres à un jeune poète*. Turin, Italie : Éditions Mille et une nuits.  
179 p. 1950.
- Robin, J.-Y. (2002). *Le double paradoxe d'une recherche en carriérologie*.  
*L'accompagnement dans tous ses états*, Éducation Permanente, 153.
- Rogers, C. (1998). *Le développement de la personne*. Paris : Dunod.
- Roustang F., *Il suffit d'un geste*, Odile Jacob, 2003.
- Roustang, François. 2000. *La fin de la plainte*. Paris: Éditions Odile Jacob, Collection Poche.  
247 p.
- Roustang, François. 2001. *Le thérapeute et son patient*. La Tour-d'Aigues, France : Éditions  
de l'Aube. 71 p.
- Roustang, François. 2006. *Savoir attendre pour que la vie change*. Paris : Odile Jacob. 236 p.

- Rugira, J.-M. & Galvani, P. 2002. Du croisement interculturel à l'accompagnement transculturel en formation. *L'accompagnement dans tous ses états, Éducation permanente*, 153.
- Rugira, Jeanne-Marie. 2000. « Pouvoir procréateurs de l'histoire de vie : entre la crise et l'écrit ». dans Marie-Christine Josso (sous la dir. de), *La formation au cœur des récits de vie : Expériences et savoirs universitaires*. 2000. Éditions L'Harmattan. Paris. 314 p. (p.47 à 74).
- Rugira, Jeanne-Marie. 2004. *La souffrance comme expérience formatrice : Lieu d'autoformation et de coformation. Rimouski : Thèse présentée à l'Université du Québec à Rimouski comme exigence partielle du Doctorat en éducation*.
- Stanislawski K. 1999. *Ma vie dans l'art, Ed. L'Age d'Homme*.
- Strauss A. e Corbin J., *Les fondements de la recherche qualitative. Techniques et procédures de développement de la théorie enracinée*, Academic Press Fribourg., 2004.
- Tengelyi, L. 2005. *Histoire d'une vie et sa région sauvage. Grenoble : Jérôme Million*.
- Singer, Christiane. 2005. *N'oublie pas les chevaux écumants du passé*. Paris : Éditions Albin Michel. 144 p.
- Singer, Christiane. 2001. *Où cours-tu? Ne sais-tu pas que le ciel est en toi?* Paris : Éditions Albin Michel. 175 p.
- Singer, Christiane. 1996. *Du bon usage des crises*. Paris : Éditions Albin Michel. 147 p.
- Singer, Christiane. 2007. *Derniers fragments d'un long voyage*: Editions Albin Michel. 136 p.

### **Supports de cours**

- Humpich M., *Journal de Bord – Journal de recherche, Recueil de textes*, Maestrado, mars 2006.
- Rugira Jeanne-Marie – *l'accompagnement dans les sciences psychosociales- Desroches et la maïeutique*, Maestrado, mars 2006
- Humpich M., *Introduction aux enjeux phénoménologiques*, Recueil de textes, Juillet 2006.



Humpich M., Bois D., Berger E., Concepts fondamentaux de psychopédagogie perceptive, recueil de textes, Maestrado en Psychopédagogie Perceptive, Université Moderne de *Lisbonne*, 2006.

# Annexes

- PRATIQUE 1

**la date, l'heure, le lieu et la personne accompagnée ;**

12/09/07-11H-CABINET-MME T 60 ans-séance 5

**THEME DE TRAVAIL D'ACCOMPAGNEMENT;**

Accompagnement autour de la peur de l'avenir, la solitude, « laver » 5 dernières années noires où elles a accompagné seule son père, sa mère, son mari, dans la maladie, jusqu'au décès, qu'elles portent dans son corps. Besoin de relancer son processus de vie,

**le protocole d'accompagnement : description des propositions de travail ;**

Accordage assis+expressivité libre : consigne « aller découvrir sa vie dans son geste », travail linéarité avant, repli/extension, amplitude

**le vécu perceptif de l'accompagnateur (bilan perceptif au début de la séance) : état de la présence de la personne accompagnée, de sa posture, de son mouvement, du rapport à sa pensée et à son ressenti ;**

psychotonus faible-peu de rebon au point d'appui

angle morts dans les amplitudes et extension

**informations perceptives recueillies en cours de séance ;**

**remarques concernant le travail attentionnel (chez l'accompagnant et/ou l'accompagné) ;**Réciprocité actuante et empathie ++

**indices d'évolution en cours de séance ;**

ouverture, gout d'une envie, étonnement

**bilan de fin de séance ; Entretien D-I et relances autour des 15 Q. De base :**

Etat avant/après description, validation des changements ? temps forts, ?

Evocation?Nouveauté? Description,perceptions,émotions,pensées émergentes?

Niveau d'implication? prise de conscience, connaissance par contraste,

compréhension? Transfert? Projet et trajet (comment)?

Temps forts :dans les extensions et amplitudes : 1-« aller au bout du geste,-aller découvrir le gout au bout, c'est bon, c'est comme si je voyageais »

-« quand je me suis levée, j'ai senti un élan,une poussée, comme un rire »

-« et, puis, j'ai fait mes premiers pas, comme une petite fille, là, je me suis sentie propre, j'ai senti mes os respirer comme des poumons, j'étais propre, c'est ça, lavée de ma pollution», ... »je regarde plus mon passé pareil, je suis propre , de

toute façon depuis que je viens, je passe au dessus du superflu, je suis dans l'essentiel, je me réveille gaie tous les matins »

« j'ai senti mon mouvement aller vers ...et en même temps, j'ai accueilli, c'était double en même temps »

« J'avais une grande chaleur partout, » « j'étais droite, je faisais rien, j'ai regardé » « en fait je vois, je réalise que je sens que la **vie est devant mes yeux**, devant moi, je la regarde arriver, ça change tout ».

**orientations retenues pour la séance suivante ;**

envie de continuer

**exercices prescrits jusqu'à la séance suivante ;**

BRS

## PRATIQUE 2

- **la date, l'heure, le lieu et la personne accompagnée ;**
  - 16 juin-11H 30-CABINET- MR O- 34 ans-séance 5
  - **THEME DE TRAVAIL D'ACCOMPAGNEMENT;**
  - Accompagnement autour du contrôle, du lâcher prise, pression d'être parfait, carapace, courir toujours après le temps, « je ne sais pas profiter, je suis jamais là, dans le présent » manque de confiance et déni- j'arrive pas être moi, mal être.
  - **le protocole d'accompagnement : description des propositions de travail ;**
  - Accordage assis+expressivité libre : consigne « aller découvrir sa vie dans son geste », travail présence, lenteur, attention et « oser »
  - **le vécu perceptif de l'accompagnateur (bilan perceptif au début de la séance) : état de la présence de la personne accompagnée, de sa posture, de son mouvement, du rapport à sa pensée et à son ressenti ;**
  - fixité, dureté dans matière, carapace
  - difficulté à aller dans la consigne, contrôle musculaire, petite appréhension
  - **informations perceptives recueillies en cours de séance ;**
- « accède à la perception du mouvement interne, des séquences, top départ et top arrivée de son mouvement puis à son orientation.

- **remarques concernant le travail attentionnel (chez l'accompagnant et/ou l'accompagnant)**
- **indices d'évolution en cours de séance ;**
- passage du contrôle à l'ouverture spontanée- se laisse être touché par lui- implication++
- **bilan de fin de séance ; Entretien D-I et relances autour des 15 Q. De base :**
- Etat avant/après description, validation des changements ? temps forts, ? Evocation?Nouveauté? Description,perceptions,émotions,pensées émergentes? Niveau d'implication? prise de conscience, connaissance par contraste, compréhension? Transfert? Projet et trajet (comment)?
- Temps forts :dans les extensions et amplitudes :
- « Dans l'extension du bras, j'ai senti que j'allais toucher ma vie et qu'elle venait me toucher »
- « J'ai senti une **implication** incroyable à ma vie, j'étais concerné comme jamais par toutes les nuances de mon mouvement, c'est mon plus beau voyage,
- « je veux vivre ça dans ma vie »
- **orientations retenues pour la séance suivante ;**
- envie de continuer
- **exercices prescrits jusqu'à la séance suivante ;**
- BRS et mouvements de base assis

### PRATIQUE 3

- **la date, l'heure, le lieu et la personne accompagnée ;**
- 10 Octobre-10 h 30-CABINET- L - 42 ans-séance 5
- **THEME DE TRAVAIL D'ACCOMPAGNEMENT;**
- Accompagnement autour du rapport à la féminité, du désir, maternité
- **le protocole d'accompagnement : description des propositions de travail ;**
- Accordage assis+BRS+expressivité libre :
- **le vécu perceptif de l'accompagnateur (bilan perceptif au début de la séance) : état de la présence de la personne accompagnée, de sa posture, de son mouvement, du rapport à sa pensée et à son ressenti ;**
- fixité petit bassin
- 
- **informations perceptives recueillies en cours de séance ;**
- « mon sacrum me brûle, il gonfle »
- **remarques concernant le travail attentionnel (chez l'accompagnant et/ou l'accompagné)**
- auto-empathie++
- **indices d'évolution en cours de séance ;**
- - Implication des lombaires dans le mouvement

- **bilan de fin de séance ; Entretien D-I et relances autour des 15 Q. De base :**
- Etat avant/après description, validation des changements ? temps forts, ?  
Evocation?Nouveauté? Description,perceptions,émotions,pensées  
emergentes? Niveau d'implication? prise de conscience, connaissance par  
contraste, compréhension? Transfert? Projet et trajet (comment)?
- Temps forts : « J'étais en même temps présente à ce qui était là et à ce qui  
allait arriver, je n'avais jamais vécu ça» . » Je regardais ça, étonnée«
- « Dans le repli, c'était intime, c'était chaud, j'avais pas envie d'en bouger, je  
me suis laissé bercée par ma douceur » «
- « au bout d'un moment j'ai senti une ouverture en moi, un élan : **j'appartiens  
à la Vie !**»
- **orientations retenues pour la séance suivante ;**
- travail sacrum
- **exercices prescrits jusqu'à la séance suivante ;**

## PRATIQUE 4



- **la date, l'heure, le lieu et la personne accompagnée ;**
  - Stage bordeaux art-thérapie mouvement-expression-juillet 2007- M -  
-experte
  - **THEME DE TRAVAIL D'ACCOMPAGNEMENT;**
  - déploiement de l'être + apprentissage outil pédagogique de l'art- thérapie du sensible
  - **le protocole d'accompagnement : description des propositions de travail ;**
  - protocole Accordage assis+expressivité libre :
  - **le vécu perceptif de l'accompagnateur (bilan perceptif au début de la séance) : état de la présence de la personne accompagnée, de sa posture, de son mouvement, du rapport à sa pensée et à son ressenti ;**
  - accordage collectif
  - 
  - **informations perceptives recueillies en cours de séance ;**
  - **remarques concernant le travail attentionnel (chez l'accompagnant et/ou l'accompagnant**
- auto-empathie++, hétéro empathie, réciprocité acuate +++avec groupe
- **indices d'évolution en cours de séance ;**
  - - Envol

- **bilan de fin de séance ; Entretien D-I et relances autour des 15 Q. De base :**
- Etat avant/après description, validation des changements ? temps forts, ?  
Evocation?Nouveauté? Description,perceptions,émotions,pensées  
emergentes? Niveau d'implication? prise de conscience, connaissance par  
contraste, compréhension? Transfert? Projet et trajet (comment)?
- Temps forts : « J'ai senti comme une envie, une joie au coeur d'aller  
découvrir ce qui m'attendait, c'est nouveau pour moi »
- « l'extension du menton là, c'était très délicat, le bout des doigts aussi, c'est  
des toutes petites choses, j'y pense pas, pourtant c'est plein de subtilités, c'est  
là que je me suis goutée dans qui je suis »
- »avant, je voulais contrôler et là, j'ai plus besoin, j'ai plus peur, j'avais juste  
envie»
- « pour la première fois, j'ai senti un état de confiance à ce qui allait  
m'arriver..
- **orientations retenues pour la séance suivante ;**
- **exercices prescrits jusqu'à la séance suivante ;**
-

## PRATIQUE 5

- **la date, l'heure, le lieu et la personne accompagnée ;**
- Stage bordeaux art-thérapie mouvement-expression-juillet 2007- B -  
-experte
- **THEME DE TRAVAIL D'ACCOMPAGNEMENT;**
- déploiement de l'être + apprentissage outil pédagogique de l'art- thérapie du sensible
- **le protocole d'accompagnement : description des propositions de travail ;**
- protocole Accordage assis+expressivité libre :
- **le vécu perceptif de l'accompagnateur (bilan perceptif au début de la séance) : état de la présence de la personne accompagnée, de sa posture, de son mouvement, du rapport à sa pensée et à son ressenti ;**
- accordage collectif
- 
- **informations perceptives recueillies en cours de séance ;**
- **remarques concernant le travail attentionnel (chez l'accompagnant et/ou l'accompagnant**  
  
auto-empathie++, hétéro empathie, réciprocité acuate +++avec groupe
- **indices d'évolution en cours de séance ;**
- -

- **bilan de fin de séance ; Entretien D-I et relances autour des 15 Q. De base :**
- Etat avant/après description, validation des changements ? temps forts, ?  
Evocation?Nouveauté? Description,perceptions,émotions,pensées  
emergentes? Niveau d'implication? prise de conscience, connaissance par  
contraste, compréhension? Transfert? Projet et trajet (comment)?
- Temps forts :
- « J'ai mis du temps à rentrer dedans, je sentais mes résistances,et puis quand tu m'as fait lâcher ma mâchoire, c'est tout mon dos qui s'est laché, j'ai senti un soulagement, comme si je déposais mes valises. J'étais alors plus légère, plus disponible, je sentais tout de moi dans mon mouvement, les épaules aussi, ». « Au moment où je me suis ouvert, dans l'amplitude des bras, je me suis sentie libre, offerte, avec le sentiment de faire corps à la vie!«
- **orientations retenues pour la séance suivante ;**
- **exercices prescrits jusqu'à la séance suivante ;**

## PRATIQUE 6

- **la date, l'heure, le lieu et la personne accompagnée ;**
- Stage bordeaux art-thérapie mouvement-expression-juillet 2007- S -  
-expert
- **THEME DE TRAVAIL D'ACCOMPAGNEMENT;**
- déploiement de l'être + apprentissage outil pédagogique de l'art- thérapie du sensible
- **le protocole d'accompagnement : description des propositions de travail ;**
- protocole Accordage assis+expressivité libre :
- **le vécu perceptif de l'accompagnateur (bilan perceptif au début de la séance) : état de la présence de la personne accompagnée, de sa posture, de son mouvement, du rapport à sa pensée et à son ressenti ;**
- accordage collectif
- 
- **informations perceptives recueillies en cours de séance ;**
- **remarques concernant le travail attentionnel (chez l'accompagnant et/ou l'accompagnant**  
  
auto-empathie++, hétéro empathie, réciprocité acuate +++avec groupe
- **indices d'évolution en cours de séance ;**

- -
- **bilan de fin de séance ; Entretien D-I et relances autour des 15 Q. De base :**
- Etat avant/après description, validation des changements ? temps forts, ?  
Evocation?Nouveauté? Description,perceptions,émotions,pensées  
emergeantes? Niveau d'implication? prise de conscience, connaissance par  
contraste, compréhension? Transfert? Projet et trajet (comment)?
- Temps forts :
- « je me suis laissé enmener par mon mouvement là, où il allait, je me suis  
laissé goûté par sa douceur, çc je connais mais en plus ce qui est nouveau en  
terme de sensation c'est que j'étais à la fois dans le présent et le futur, en un  
même point et partout à la fois , j'étais à ma place »
- 
- **orientations retenues pour la séance suivante ;**
- **exercices prescrits jusqu'à la séance suivante ;**
-