

L' EXPRESSIVITÉ DU SENSIBLE

QUAND L'INTÉRIORITÉ VIVANTE SE DONNE À VOIR

Réalisé par : Sylvie Bitterlin

Le 27 avril 2012

« La vie n'est pas faite pour rester dans l'anonymat d'un corps¹ ».

INTRODUCTION

Comédienne depuis 30 ans, j'ai rencontré Danis Bois en 1990 alors que je me questionnais sur la présence de l'acteur sur scène. La technique gestuelle transmise à l'époque sous le nom de « Mouvement Fondamental » (Bois, 1995) m'avait interpellée par le sentiment de profondeur et d'authenticité qu'elle déclenchait lorsque je la pratiquais. Elle s'appuyait sur une écoute intérieure particulière donnant accès à une force de propulsion qui, malgré l'expérience du mouvement déjà importante que j'avais à mon actif, m'était encore inconnue. Je m'engageais alors dans la formation en Psycho Pédagogie Perceptive (PPP)² et, avec mon partenaire de travail, Thierry Heynderickx, créais « la compagnie du Passeur », association ayant pour but de faire le lien entre la PPP et le monde du théâtre.

Actuellement, je fais partie de l'équipe enseignante du DU MAE³ proposé par l'Université Fernando Pessoa à Porto.

La rencontre avec Danis Bois m'a permis d'envisager un nouvel accès à l'expression : d'une attitude visant à habiter une forme extérieure à moi, je cherche dorénavant l'accès à l'intériorité pour, ensuite, la laisser s'exprimer dans un geste.

¹ Bois. Cours formation continue SPP. 2005.

² PPP : Psycho Pédagogie Perceptive. Fondé par Danis Bois, cet enseignement vise à relier le corps et la pensée et proposant plusieurs types de pratiques : introspection sensorielle, toucher manuel, gestuel, entretien.

³ DU MAE : Diplôme Universitaire « Mouvement Art et Expressivité ». Formation aux fondements pratiques et théoriques de l'expressivité du Sensible ayant pour vocation le développement de la créativité et l'accompagnement des troubles de l'expression.

De cette posture est apparu un nouveau questionnement : si je me relie à ce qui se vit dans le fond de moi, comment l'exprimer dans un geste sans qu'il y ait déperdition de sensation ou de sens ? « La plus grande loi, mystérieuse, est sans doute celle qui régit le mystère entre l'intérieur et l'extérieur, entre l'état et la forme. Comment donner une forme à la passion ? Comment extérioriser sans tomber dans l'extériorité ? Comment l'autopsie du corps... du cœur, peut-elle se faire ? » (Mnouchkine, 1990, p 63). Ariane Mnouchkine, grand maître du théâtre, fondatrice du Théâtre de Soleil, nous rappelle que cette quête, d'apparence simple, ne se fait pas sans difficultés. Qui n'a pas eu ce sentiment, dans la vie comme au théâtre, que ce qui se donne à voir n'est pas l'expression fidèle de ce qui est vécu de l'intérieur ? Qui n'a pas rencontré cette impression désagréable d'être trahi par son propre geste ? Comment faire pour se sentir vraiment soi-même, authentique dans son expression ?

Une forme d'évidence s'est alors imposée : pour répondre à la question : « Comment faire ? », je devais commencer par réfléchir à « comment se fait ? ». Vingt ans d'expériences de la PPP, vingt années à côtoyer la précision et la rigueur des recherches de Danis Bois, m'ont amené, petit à petit, à réunir quelques données qui me permettent aujourd'hui d'apporter des éléments de réponses à la question : « Comment faire le passage d'une intériorité encore enfouie dans l'invisible de soi à son apparition à l'extérieur en tant que mouvement expressif ? ».

Cet article a pour projet, outre la tentative de décrire la subtilité de ce moment délicat et presque imperceptible du passage de l'intérieur vers l'extérieur, de présenter la gestuelle spécifique enseignée par le fondateur de la PPP : l'Expressivité du Sensible.

Dans un premier temps, je tenterai un bref exposé des différents types de mouvements explorés dans l'art théâtral et la nature de l'expression qui en résulte.

J'aborderai ensuite la genèse de l'Expressivité du Sensible et ses protocoles d'accès.

Je terminerai par un questionnement sur les enjeux de cette forme particulière d'expression.

LES DIFFERENTES FORMES DE MOTRICITE DANS L'EXPRESSION THEATRALE

Dans l'art théâtral, le corps et le mouvement ont de l'importance. Ils sont le support de l'expression. L'acteur, comme le danseur, n'a pas, comme le musicien ou le peintre, d'instruments intermédiaires pour exprimer son vécu. Son corps est son seul instrument, à la fois le lieu de l'intériorité et l'outil pour la transmettre.

Il existe plusieurs types de mouvements qui varient selon le rapport que la personne entretient avec elle-même. Suivant l'attitude intérieure que l'on a lorsque l'on effectue un geste, l'expression sera d'une nature différente. Nous allons étudier quelques unes de ces formes de motricité et voir leur impact dans l'expression et la créativité.

Les mouvements recrutant un faible degré de conscience

- Les mouvements réflexes.

Les mouvements réflexes sont des mouvements non réfléchis, non pensés dont la fonction est d'assurer la survie, de réagir au premier danger. Ils sont innés et incontrôlables.

- Les habitus moteurs.

Les habitus sont des gestes qui se créent par l'éducation, au fur et à mesure de l'avancée dans la vie. Pour survivre, par la répétition de la gestuelle quotidienne, des habitudes motrices se construisent et se produisent ensuite sans nécessairement faire appel à la conscience.

Dans les mouvements réflexes comme dans les habitudes, la personne, en tant que sujet peut être absente de son geste. Elle est comme objet de sa gestuelle. Ce type de mouvement peut se repérer dans le jeu d'un acteur qui, ayant appris sa scène, la rejoue toujours de la même façon. Il rentre dans un geste automatique, répétitif. Il devient objet de son texte. Il ne vit plus de nouveauté. Il n'a plus de créativité.

Dans l'art théâtral, l'habitus est souvent une des bases du jeu de scène. Il s'acquiert par la répétition qui permet, au bout d'un certain temps, d'automatiser ses gestes et, donc, de les

retrouver d'un spectacle à l'autre. Pour beaucoup d'acteurs, il est sécurisant de s'appuyer sur une gestuelle automatique. L'acteur définit les gestes qu'il souhaite reproduire pour correspondre à ce qu'il souhaite transmettre. La gestuelle devient invariable et constante. Même si l'expression est déshabillée, le code gestuel perdure et le public « comprend ».

Pour des débutants devant se produire sur scène, les mouvements automatisés sont les plus utilisés parce que rassurants et sans risque.

Les mouvements spontanés.

Automatiser les gestes pour le confort de l'acteur est une bonne chose, mais, en contrepartie, le risque est de perdre la qualité de présence. L'acteur, cloisonné dans un carcan d'habitudes et de gestes stéréotypés, ne laisse pas place à sa vie réelle. Jouer est équivalent à faire semblant, à reproduire des gestes de manière mécanique ou, pour ceux qui recherchent l'authenticité, à s'enfermer malgré eux dans leurs habits.

Influencées par la pensée de la psychanalyse et des mouvements humanistes, apparaissent, du côté des pédagogues de théâtre, des consignes singulières : le rapport à l'instant, le lâcher prise, la mise en confiance maximum, l'autorisation à laisser s'exprimer tout ce qui vient. La pression extérieure de mise en scène est supprimée au profit d'une recherche d'expression de soi sans quête de résultat.

Mai 68 affirme ce désir commun d'émancipation de toute loi pour atteindre la liberté. L'esprit « soixante-huitard » passe dans le théâtre et la danse faisant naître la notion d'improvisation et d'expression corporelle. L'économie de toute contrainte permet à l'individu de sortir de ses inhibitions et de libérer ses pulsions.

Shott-Billman étudie ces formes d'improvisations qui considèrent la loi comme étouffant la possibilité créatrice. « Il s'agit de permettre à l'individu de s'exprimer librement, sans modèle, donc sans contrainte, révélant ainsi sa 'vraie nature', habituellement masquée sous la répression sociale qui la façonne dans ses schémas et l'emprisonne dans ses moules ». (Shott-Billman, 1990, p 99). Pour ce type de gestuelle, il n'y a pas de préparation. Le geste doit se faire directement, immédiatement, sans intention préalable, sans code préalable.

Cependant, dans son étude, Shott-Billman se retrouve devant une problématique. En effet, même si le geste spontané donne une sensation de liberté, il n'est pas à l'abri de se retrouver cloisonné dans des habits : la personne reproduit toujours la même gestuelle, même

amplitude, même orientation, même rythme, même vitesse. Le sentiment de liberté se réalise au sein des automatismes gestuels, dans les contours des habitus. « Le désir de faire tomber les chaînes ne suffit pas à empêcher les inhibitions, le volontarisme et les clichés. » (Shott-Billman, 1990, p 99). Shott-Billman remarque que, malgré les conditions de confiance, d'attente, de non intention, d'oser, les habitudes gestuelles ne sont pas dépassées. Les représentations, les peurs, les croyances, restent ancrées en la personne et continuent de diriger, souvent inconsciemment, son geste.

Avec Philippe Hottier, l'un de mes formateurs en théâtre, j'ai pu pratiquer ce genre d'expérience. Nous passions des journées à évoluer sur des musiques très rapides qui nous évitaient, par leurs rythmes effrénés, de penser à nos mouvements. Dans un premier temps, ce type d'exercice, par sa nouveauté, nous révélaient des gestuelles inexplorées. Mais, au bout de plusieurs semaines de ce même entraînement, nous pouvions repérer la gestuelle particulière dans laquelle chacun s'enfermait et qui réapparaissait inlassablement à chaque expérience.

Shott-Billman résume ainsi ce que j'éprouvais à l'époque : « Beaucoup ont compris depuis qu'il s'agissait d'un leurre, qu'on ne rencontrait ainsi que des stéréotypes, que l'imagination libérée produisait souvent des magmas confus ou des formes d'une affligeante pauvreté. » (Shott-Billman, 1990, p 99).

Ainsi, contrairement à ce que les penseurs de 68 préconisaient, l'improvisation libre de tout cadre ne reflète pas forcément la vraie nature de la personne mais, bien souvent, ses incapacités, ses limites, sa pauvreté créatrice.

Cependant, si, pour le théâtre, l'improvisation spontanée se révèle être un leurre pour l'acte authentique, en art thérapie, au contraire, ce type d'expression est un puits de richesse à exploiter pour révéler la personne à elle-même.

En thérapie, l'intérêt de ces expériences autorisant le geste sans contrainte est d'apprendre à la personne à percevoir son corps en termes de sensations et à saisir les différents vécus qui en découlent. L'art thérapie ne trie pas : bien être, difficultés, résistances, tout est bon à vivre pour mieux se connaître. « Le développement de la capacité à éprouver son corps dans le plaisir et dans la souffrance, permet de retrouver des sensations oubliées, déniées, enfouies au plus profond de la mémoire corporelle. » (André, Benavides & Canchy-Giromini, 1996, p 141). L'individu par la liberté de se mouvoir « comme ça vient » découvre un monde riche en

sensations, agréables ou douloureuses qui lui parle de lui-même et lui révèle des parts mises en retrait qui, enfin, peuvent réapparaître.

Jung constate que l'expression corporelle de manière spontanée, offrant à la personne la possibilité de réaliser sa propre nature, lui apprend à assumer totalement la responsabilité de sa manière d'être singulière. Pour lui, l'improvisation spontanée permet de révéler les habitudes, les mécanismes, les retenues, les refoulements et d'en jouer, d'en faire une force en les affirmant. « L'objectif est de mieux se connaître en donnant la parole aux sous-personnalités contraires et contradictoires qui nous habitent et que nous brimons » (Hal et Sidra Stone). En mettant de côté la censure du mental, la personne laisse apparaître les parts d'elle-même qu'elle n'ose laisser vivre dans sa vie. Elle peut donner libre cours à ses pensées castratrices, à ses fantasmes, à ses envies, à son imaginaire, à ce qu'elle n'ose pas dire, faire ou être. Tout est bon à dire et à exprimer. Laisser exister ce que l'on croit être le pire de soi, les blessures refoulées, sa vulnérabilité, permet de se reconstruire dans sa totalité.

L'improvisation spontanée vise donc à ce que la personne se réapproprie sa vie passée, ce qu'elle a bridé et ce qu'elle a fait de manière inconsciente. « On peut concevoir le processus d'improvisation comme une reconstruction progressive de soi. » (André, Benavides & Canchy-Giromini, 1996, p 180).

Certains pédagogues de théâtre s'inspirent de la pensée de Jung pour créer des concepts. C'est le cas de Sylvander et Bonange, qui établissent pour leurs élèves, le 'laisser advenir' (Sylvander, 1990). Ce concept consiste à laisser s'exprimer tout ce qui vient à soi pour devenir le socle d'un jeu clownesque. Ce qui intéresse, les fondateurs du Bataclown, ce sont tous les petits moments imprévus, les « accidents » pour lesquels l'acteur doit réagir de manière instantanée sans possibilité de préméditation. Pour eux, ce sont dans ces instants où l'acteur est surpris et n'a pas le temps d'utiliser ses stratégies de protection que se révèlent les vrais comportements, les vraies pensées, les vraies représentations. C'est aussi là que ce révèle la magie d'un imaginaire qui se débride révélant la capacité créatrice et adaptative de la personne. Les formateurs du Bataclown savent créer des propositions « qui conduisent l'acteur là où il ne maîtrise plus tout à fait son expression » (Sylvander, 1990, p 32) afin de favoriser « l'émergence des aspects les plus riches et les plus authentiques de la personne. » (idem). Étonnamment, lorsque la personne lâche la maîtrise d'elle-même peut apparaître ce qui constitue sa richesse. C'est en dévoilant des aspects qu'il est habitué à cacher que l'expression de l'acteur devient vraiment entière et globale.

Ainsi, pour Sylvander et Bonange, par le laisser advenir, il est donné la chance à l'individu de vivre une expérience peu commune : « celle de donner au public le plaisir de voir un

homme vivre vraiment. » (Sylvander, 1990, p 32). Vivre vraiment, s'entend ici comme faire une expérience de soi dans laquelle rien n'est caché.

Les mouvements naissant d'une intention.

Supprimer toute contrainte, laisser venir, exprimer ce qui vient, nous venons de le voir, a ses limites : celle de maintenir la personne enfermée dans ses conditionnements. Même si elle les conscientise, les affirme, ils persistent et finissent par limiter la créativité et l'évolution de la personne. Un ensemble de chercheurs, maîtres de théâtre, metteurs en scènes se penchent sur la question et proposent de glisser des intentions ayant pour objectifs de libérer l'acteur de son conditionnement et de déployer son potentiel expressif.

Dans le milieu du siècle dernier, les grands maître du théâtre, Copeau, Cocteau, Decroux, Lecoq réagissent à l'endormissement du jeu théâtral, à la sclérose de l'art vivant en lançant les données d'une nouvelle quête : celle de redonner au théâtre ses lettres de noblesse en lui redonnant sa vie, en remettant l'acteur en tant qu'être humain, éprouvant et vivant, au centre de la scène. Supprimer les décors, les costumes, les machineries sophistiquées, enlever les textes, aller même jusqu'à la suppression de la finalité d'un spectacle, autant de propositions et d'expériences faites pour obliger l'acteur à se retrouver face à lui-même.

Certains recherchent dans l'étude de la forme à débrider les possibilités gestuelles, d'autres explorent les contenus de vécus pour les déployer dans une forme expressive. Tous espèrent redécouvrir, grâce à l'instrument théâtral, un art d'être plus riche dans son expression.

La forme qui crée le fond

Le mimisme (Lecoq, Decroux)

La première formation théâtrale que j'ai suivie était donnée à l'Ecole J.Lecoq. Ce dernier, architecte de formation, a l'intuition que le secret du vivant se cache derrière les formes qu'il prend. « Derrière le goût quasi scientifique de l'observation de la vie et de ses mouvements ... se cache le désir de formuler des lois qui rendent tout plus clair et plus

simple. » (Lecoq, 1997, p 12). En observant de manière la plus précise possible la motricité de chaque être vivant, Lecoq découvre le sens profond de chaque chose. En étudiant les mouvements de la nature, les animaux, les végétaux, pour ensuite les reproduire le plus précisément possible, l'homme peut enrichir sa gestuelle et se nourrir du vécu des autres êtres vivants. « Mimer c'est faire corps avec, et donc comprendre mieux. » (Lecoq, 1997, p 33).

Lecoq insiste sur la différence entre le mimétisme qui est une tentative de représenter de manière extérieure une forme et le mimisme qui est « la recherche de la dynamique interne du sens » (Lecoq, 1997, p 33). Par l'art du mime, engager son corps dans la gestuelle d'un autre, permet de vivre ce que vit l'autre, de le comprendre, mais aussi de s'en enrichir. Emprunter le mouvement d'un autre permet à la personne de se sortir de ses schémas habituels, des habitudes qui conditionnent ses expressions et de développer un nouveau potentiel.

Lecoq étudie aussi les mouvements des grands archétypes des masques de la Commedia d'el Arte et propose aux acteurs de les reproduire scrupuleusement. A nouveau, l'acteur apprend à se couler puis à s'approprier la gestuelle d'un autre humain, différent de lui dans son physique et son comportement, et enrichit ainsi la sienne propre.

L'outil pédagogique de base à l'école Lecoq se trouve être un enchaînement codifié créé par le fondateur : le codifié des postures, réunissant sept positions fondamentales de l'être humain. Les élèves l'apprennent et le répètent quotidiennement pour entraîner leur corps dans ces différentes expressions. Pour chaque masque de la Commedia, un codifié gestuel a été aussi mis au point réunissant les différentes attitudes possibles pouvant être prises par le personnage.

Decroux autre grand maître du mime, fait le constat du lien entre la gestuelle et la spiritualité. En éveillant ses possibilités de mouvement, la personne ouvre son esprit. « Si ouvrir la jambe n'est pas un symbole d'ouverture d'esprit, que sont les symboles ? L'ouverture de la jambe est signe de bonté... c'est aussi le symbole de l'ouverture du cœur. » (Decroux dans Pezin, 2003, p112).

Pour lui, ce n'est pas la personne par ses habitudes qui est limitée, mais l'humain en général. De ce fait, en reproduisant les comportements humains, il n'aide pas l'humain à grandir. Il ne fait que reproduire ses limites. Il oriente alors sa recherche sur l'exploration de toutes les formes possibles pour le corps au-delà de ses habitudes, jusque dans des formes

extrêmes, à la limite du déséquilibre ou des possibilités articulaires. Dans ces formes nouvelles, se vivent de nouveaux sentiments, inhabituels pour l'humain : le corps possède un potentiel de postures, de formes jamais explorées et qui vont le faire grandir. « Quand je vois se dresser un corps, j'ai l'impression que c'est l'humanité qui se redresse. » (Decroux dans Pezin, 2003, p 73). Pour lui, mettre en mouvement le corps, c'est mettre en mouvement l'humain.

Les personnages masqués (Mnouchkine, Hottier)

« Le théâtre permet la transposition des mouvements internes de l'homme » (Hottier, 1988, p 9). Pendant quatre années, j'ai suivi l'enseignement de Hottier. Pour Hottier, le théâtre a un double rôle : « illuminer à la fois l'intérieur et l'extérieur de l'homme ». (Hottier, 1988, p 9). En accord avec le constat de Copeau « à partir du moment où il est masqué, l'élève se libère. Il éprouve encore mieux son fort intérieur. » (Copeau, 1988, p 29 3), l'ex-comédien du Théâtre du Soleil utilise le jeu masqué. Cette forme extérieure imposée au comédien va lui permettre de contacter des vécus intérieurs particuliers et d'oser les exposer au monde. Du fait d'être caché, la personne s'autorise à se laisser vivre de manière authentique. « Lorsqu'il y a un masque, cela permet à l'acteur d'enlever le sien. » (Mnouchkine, cité par Féral, 1998, p 29). De plus, en cachant le visage, le masque redonne la parole au corps. « Le masque rend l'intelligence au corps, il multiplie le droit de l'acteur et du public à l'authenticité ». (Alranq, 1981, p 79).

Le masque est un instrument étonnant. Il provoque des impulsions, des mouvements qui sont particuliers à chaque masque. « Un bon masque est une masse d'énergie qui exerce sur l'acteur une force terrible, presque magique. Celui qui l'essaie change de souffle, de regard, de voix. Il change de posture, il change de langage. Il peut découvrir en lui-même, des facultés, des personnalités qu'il ne s'était jamais autorisé à vivre. » (Rama LD, 1994). Ainsi le masque permet à la personne de se dévoiler non pas seulement dans ce qu'elle connaît d'elle-même mais dans des facettes qu'elle n'expérimente jamais.

A la différence de Lecoq, Mnouchkine ou Hottier ne donnent pas, au préalable de l'exploration, le profil physique du personnage. L'acteur ne doit pas chercher à reproduire une forme préétablie. « J'aurais tendance à penser que la découverte des codes des personnages se fait en fonction de chaque acteur. » (Mnouchkine, cité par Féral, 1998, p 28). Par un travail

d'écoute, l'acteur laisse son corps prendre forme pour s'accorder au visage qui lui est donné par le masque. Cette forme le fait se mouvoir d'une certaine manière provoquant un vécu spécifique, des états d'âme particuliers, une manière singulière de penser et de voir le monde.

« Si le corps de l'acteur est possédé par le corps du personnage, par le masque en l'occurrence, eh bien, à ce moment là, le texte devient sa sécrétion, sa morve, son pipi, son caca, son haleine, sa salive, son sang. » (Mnouchkine, cité par Féral, 1998, p 34). Pour Mnouchkine, le masque a une forme de pouvoir magique qui crée une alchimie dans le corps de l'acteur et le fait vivre vraiment autrement. « Pourquoi ne pas admettre que le théâtre est un acte extraordinairement biologique puisqu'il est fait du corps et de la chair. » (Mnouchkine, cité par Féral, 1998, p 34) Pour Mnouchkine, vivre le théâtre revient à comprendre le fonctionnement du corps humain. Le théâtre est fait de chair et d'os et, donc, fonctionne comme le corps en produisant des vécus internes : de la pensée, de la voix, des états, des émotions, de l'imaginaire. Observer le corps permet d'avoir des outils pour créer un théâtre plus vivant.

Pour l'acteur la découverte fondamentale du travail masqué est de découvrir l'alchimie entre la forme et le fond. Une forme produit un fond de la même manière qu'un fond secrète une forme. C'est l'alchimie, la loi corporelle.

Le fond qui crée la forme

Si la forme produit des vécus particuliers, dans le sens inverse, le vécu va modeler le corps dans une forme expressive singulière. Certains pédagogues et metteurs en scène se propose la redécouverte des lois de la vie en soi pour aider l'acteur à se libérer des conditionnements et clichés qui étouffent son expression authentique. Ce n'est plus en proposant une forme extérieure à l'acteur mais en partant de perceptions venant de l'intériorité que l'expression créatrice et authentique va naître.

Là apparaît une question qui va occuper pendant longtemps l'esprit et les propositions d'exercices des pédagogues : Comment créer des formes concrètes à partir du dedans de soi, à partir de sensations subjectives, donc abstraites ?

L'immobilité, le silence, la lenteur, la décontraction (Copeau)

Copeau recherche des outils pour amener l'acteur à la sincérité qui, pour lui, est le fondement d'un jeu plus authentique et naturel. Le fondateur de l'école du Vieux Colombier définit la sincérité comme « un sentiment de calme et de puissance, de maîtrise qui permet à l'artiste, d'être en même temps possédé par ce qu'il exprime et d'en diriger l'expression. » (Copeau, 1988, p 79). Pour lui, c'est un état obtenu lorsque l'acteur « se possède », c'est-à-dire se perçoit de manière fine et précise. Il rappelle l'importance de la connaissance parfaite du corps, outil premier du passage à l'action dont le théâtre est l'art. « Le drame étant principalement action et, dans son essence une danse, l'opération primordiale de l'acteur dans sa recherche d'une technique n'est pas intellectuelle, mais physique, corporelle » (Copeau, 1990, p 89). Copeau déploie ici une pensée peu répandue chez les acteurs : celle de l'entraînement, non pas au jeu de scène ou à la transmission de texte, mais de ses capacités corporelles. Si il est évident pour un danseur de s'entraîner physiquement quotidiennement pour préparer son corps à son art, cela n'est pas une priorité pour un acteur.

Copeau préconise la décontraction, le silence intérieur, la relation à l'immobilité, la lenteur. Ces paramètres permettent à l'acteur de mieux percevoir les micro-réactions qui se passent en lui et de savoir distinguer le corps en vie du corps inerte. Il peut ainsi avoir des repères concrets pour sa présence scénique. La perception entraîne la précision dans le geste et permet de produire une action réelle, c'est-à-dire précise, juste, telle qu'elle est dans la réalité. « Il faut éviter avant tout, et dès le début, tout ce qui pourrait amener au maniérisme, à la manière de faire, à la fabrication. » (Copeau, 1988, p 295).

Copeau définit également la lenteur comme paramètre important pour déployer la perception du corps. La lenteur donne le temps de vivre son geste. « Il semble que la lenteur soit la condition de la responsabilité. » (Decroux, 2003, p 63). Avec la lenteur, l'acteur entre dans les détails de sa vie interne et a le temps de les assumer pleinement. En quelque sorte il se rend responsable de son intimité et assume de la rendre visible : « Le fondu, ce mouvement lent, ne va nulle part, il n'est pas pressé, il passe comme on demeure. C'est un verbe être en déplacement » (Decroux dans Pezin, 2003, p 125). La lenteur amène à oser laisser son être apparaître. « L'inconvénient de la lenteur dans un mouvement, c'est que la lenteur ressemble à l'immobilité, elle laisse voir le verbe être » (Decroux dans Pezin, 2003, p 64). La lenteur entraîne l'individu à s'exposer.

Ainsi, l'état de calme et de détente du corps, l'écoute du silence, l'immobilité, la lenteur permettent de distinguer clairement le sentiment qui sous-tend le geste et de l'éprouver. « ...

les éprouver (les sentiments) est la condition première pour les donner à voir. » (Copeau, 1988, p 295). Ainsi la perception du vécu interne se trouve être la condition de l'empathie avec le public. Si l'on vit les effets de son geste, alors les sentiments internes seront perçus du public. Ainsi le silence et l'immobilité, pour peu qu'ils servent à créer une qualité de rapport à soi, suffisent à rendre l'expression des sentiments visibles pour le public « Le silence devient expressif grâce à la sincérité contenu de celui qui écoute... un acteur qui pense, qui sent, impressionne le public par la seule qualité de sa présence, sans extérioriser la pensée par une seule grimace. ». (Copeau, 1988, p 81). Copeau offre ainsi une solution très économique à l'expression : il n'y a pas à gesticuler, à faire, à grimacer, ni à parler pour que ce qui se vit en soit se communique aux autres, il n'y a qu'à percevoir, vivre et éprouver !

L'effort (Laban)

Laban, chercheur et chorégraphe d'origine hongroise, propose une description compréhensive des phénomènes moteurs et des facteurs les générant. En étudiant les mouvements quotidiens du travail, il les transpose en geste expressif et définit les éléments constitutifs pour tous types de mouvements symboliques et comportementaux. Pour lui, lorsque le geste passe d'un statut fonctionnel à un statut d'expression, la part sensorielle du mouvement prend beaucoup plus d'importance. « Alors que, dans les actions fonctionnelles, la sensation motrice n'est qu'un facteur d'accompagnement, elle devient plus prononcée dans les situations expressives où l'expérience psychosomatique est de la plus haute importance. » (Laban, 2007, p 108). Ainsi, ses recherches l'amènent à faire un lien entre corps et pensée en définissant une pensée motrice qui induit un phénomène qu'il nomme efforts, « impulsions intérieures dans lesquelles le mouvement prend son origine » (Laban, 2007, p 30). L'effort, en tant que « contrôle intentionnel des événements physiques » (Laban, 2007, p 49) lui sert d'appui pour transformer le rapport de la personne à son mouvement afin d'en faire une expression. Laban crée un codifié de l'intention basé sur des variations d'orientation, d'intensité, de vitesse, de tonus du geste visant à reproduire les différentes formes d'efforts. Ainsi, suivant l'intention d'effort portant le geste, l'expression sera particulière.

La mémoire et l'émotion (Stanislavski)

Stanislavski, au début de sa carrière, voulant sortir d'un théâtre stéréotypé et coupé du vivant, demande à l'acteur d'être crédible dans l'action plutôt que lisible : ne pas représenter mais revivre. Pour cela, s'appuyant sur les recherches de la psychanalyse, il base la qualité d'authenticité de l'expression sur un geste habité par des émotions passées remémorées. Un geste, pour être authentique et exprimer une intériorité, doit être habité d'un contenu déjà vécu qui s'actualise dans le présent. Le sentiment ou l'émotion est une énergie qui va guider le geste. « ...la plasticité est comme une énergie qui jaillit de la profondeur secrète de l'être : elle traverse tout le corps, chargée d'émotions, désirs et problèmes qui la poussent de l'intérieur à provoquer un mouvement ou un autre. » (Stanislavski, cité par Apréa, 2007, p 30). Se proposer de revivre une émotion ou une impression interne va faire prendre une forme extérieure physique authentique pour la personne correspondant à cette émotion ou à cette impression. Ici, l'acteur ne part pas, comme chez Lecoq, d'une expression extérieure, d'une mimique, d'une forme corporelle pour faire naître une émotion, il ressent d'abord l'émotion et, ensuite, laisse son corps prendre forme.

Dans ce type d'action, l'entraînement du comédien est, à nouveau, un déploiement de la capacité corporelle pour atteindre une liberté gestuelle, « l'absence de toute contraction musculaire, l'obéissance parfaite de tout le système physique aux exigences de la volonté de l'artiste. ». (Stanislavski, 1963, p 74). Pour cela, il s'agit d'aider l'acteur « à développer la capacité de son corps à ne pas opposer de résistance et à se laisser agir par les reviviscences. » (Apréa, 2007, p 32). Entraîner le corps à l'expression gestuelle et l'éduquer à se laisser faire par ce qui se donne en tant qu'émotions ou état, c'est à ce prix que l'artiste parviendra à « exprimer librement et facilement avec son corps ce qu'il ressent avec son âme. » ». (Stanislavski, 1963, p 74).

L'imaginaire (Jung, Sylvander, art thérapie)

Un autre axe permettant d'entrer dans la forme à partir du fond est la mise en valeur de l'imaginaire. « L'activité dans l'imagination est d'une importance capitale. D'abord vient

l'action intérieure, puis l'action extérieure » (Stanislavski, 1986). L'évocation d'un imaginaire entraîne le corps à prendre une forme particulière, à se mouvoir d'une manière spécifique.

Dans les pratiques corporelles théâtrales, il est employé le terme d'imaginaire plutôt que celui d'imagination. L'imagination est une activité en premier lieu cognitive qui crée intellectuellement et volontairement par le mode de la pensée. L'imaginaire naît d'une sensation, d'un vécu, d'un rapport corporel à la forme extérieure ou interne. « L'imaginaire est du domaine des formes, par opposition à l'imagination, domaine des rêves. » (Malraux cité par Godin, 2004, p 621). L'imagination se rêve, s'invente par l'activité de l'esprit. L'imaginaire s'offre à voir dans une forme émergeant de l'expérience.

L'imaginaire peut venir, soit de la rencontre avec l'extérieur et donc être « basé sur la perception qu'a chaque acteur de la réalité qui l'entoure » (Sylvander, 2006, p 27), soit d'une forme de soi qui réveille un imaginaire particulier : l'individu se voit devenir un personnage qu'il va faire vivre. Pour Bonange, co-fondateur du Bataclown, l'expression de l'acteur est le résultat d'un « contact direct et sensible avec la réalité présente qui l'entoure et en connexion avec l'imaginaire qu'elle éveille » (Sylvander, 1990, p 22). L'impression des événements extérieurs va donc produire des sensations réelles accompagnées d'images subjectives qu'il va falloir saisir pour que l'impulsion du geste soit vraiment authentique. « La première condition est donc, au cours de l'improvisation, de s'entraîner à voir l'invisible... voir et faire voir son imaginaire. » (Sylvander, 1990, p 22). Ici, l'invisible correspond aux images se donnant en soi, résultat de sensations déclenchées par le rapport au monde extérieur.

Charpail, médecin art-thérapeute, démontre l'importance de la relation avec l'imaginaire qu'il décrit comme une représentation qui cherche à représenter le monde subjectif. C'est un acte qui permet de donner un sens à la communication avec soi-même et avec le monde, par le fait que l'image rend intelligible les informations sensibles pour soi et pour les autres. Pour le Docteur Muret, la créativité artistique se trouve dans la capacité de « mettre en image ». « La thérapie par l'art aurait pour tâche de mettre le patient en contact avec ses propres images » (Charpail, 1985, p 76). Pour ce médecin, l'imaginaire est un pouvoir de se représenter les choses sensibles. Percevoir l'imaginaire amplifie la sensation, fait gagner l'expérience en amplitude et, donc, précise les formes et les orientations données par l'intériorité. Lorsque la personne se trouve en contact avec un imaginaire, elle sort de ses habitudes perceptives et sensorielles. Ainsi, pour Sylvander, « le jeu de l'imaginaire dévoile

les immenses territoires inexplorés, pour ne pas dire, refoulés de la personne. » (Sylvander, 1990, p 33).

L'attention (Stanislavski)

Stanislavski, à la fin de son parcours, abandonne son travail sur l'émotion pour insister sur le déploiement de la capacité d'attention. Il crée la méthode des actions physiques qui consiste à faire des actions quotidiennes simples en posant l'attention sur le moindre détail, le moindre déplacement, le moindre geste, le moindre regard. « Ecouter, regarder, agir avec l'objet, trouver les points d'appuis – tout ça est l'action physique. » (Stanislavski, cité par Grotowski, 1980, p 187). Il définit l'action physique comme la manière dont l'acteur reproduit en son nom propre - et non dans un souci d'interprétation - les comportements du personnage. Alain Simon base sa pédagogie sur ce concept : « On peut saisir les reflets de l'âme dans les gestes quotidiens d'un corps » (Simon, 1989, p 45). C'est par une attention simple à ce qu'il fait que l'acteur retrouve des moments de sa vie, des moments de mémoire, non parce qu'il cherche volontairement à les reproduire mais parce que son corps reproduit des actes physiques.

Pour Stanislavski, la concentration de l'attention sur ce qui se fait dans l'instant est également un remède pour inhiber le stress dû à la présence d'un public. « ...mes exercices en public, en lien avec l'attention sur mes perceptions corporelles, me détournaient de ce qui se passait au-delà de la rampe, dans la salle, au-delà du terrible trou noir de la scène. » (Stanislavski, 1990, p 75).

La présence (Mnouchkine)

Mnouchkine se moque gentiment des acteurs s'appuyant sur les premiers enseignement de Stanislavski : « Quand je vois de jeunes élèves travailler, comme ils disent, sur les méthodes de Stanislavski, je suis surprise de constater combien parfois, 'ils rentrent au passé'. Quand ils rentrent je leur dis toujours : vous entrez penché en arrière, alourdis de tout ce passé, alors qu'au théâtre, il n'existe que l'instant » (Mnouchkine, 1990, p 63).

Mnouchkine prolonge les réflexions de Stanislavski à la fin de sa vie, en parlant non pas d'attention, mais de présence. « Il n'y a pas de passé, pas d'avenir. Il y a le présent. L'acte présent. » (Mnouchkine, 1990, p 63). Pour elle la présence de l'acteur ne signifie pas d'être présent mais d'être au présent. « Je ne saurais pas comment dire à un acteur d'être présent. Par contre, ce que je sais, ce que j'essaie de faire avec l'acteur, c'est qu'il soit au présent, dans son action, dans son émotion, dans son état et dans la versatilité de la vie aussi » (Mnouchkine, 1990, p 65). Etre au présent signifie pour Mnouchkine saisir tout ce qui se présente en soi, la moindre émotion, le moindre état et de la vivre totalement en l'offrant à l'autre. Rien ne doit échapper à l'acteur de ses évolutions internes et tout doit se donner. « La présence progresse avec la capacité de nudité d'un acteur. » (Mnouchkine, 1990, p 65). Pour Mnouchkine, nudité signifie ici laisser vivre et montrer.

La sensation (Cervantes)

Pour Cervantes et Germain, c'est le monde de la sensation qui, étant développé dans son paroxysme, va permettre à l'acteur de faire le pont entre intériorité et extériorité. « Il y a un moment où toutes les sensations se 'rejoignent' en un lieu central [...] A ce moment là, il se passe quelque chose qui est une 'vision'. L'acteur 'voit'. La vue, l'audition, le toucher... se transforment en un seul sens qui serait le 'voir'. Tout le corps 'voit'. C'est le moment où l'intérieur commence à sortir au dehors, où l'être intérieur arrive sur scène. » (Cervantes & Germain, 2009, p14). L'acte expressif est tout d'abord un acte sensoriel. C'est une alchimie dû à l'entrelacement du monde des sens qui amène l'acteur à une transparence ou à une dilatation de son intériorité dans l'espace.

Ainsi dans cette approche, avant de chercher l'expression faut-il tout d'abord se contacter soi-même. Il ne s'agit pas de s'exprimer pour se rencontrer mais bien de se rencontrer pour s'exprimer. « C'est au fond de soi que l'on peut trouver une porte qui ouvre vers le dehors » (Cervantes & Germain, 2009, p 89). La capacité expressive du corps semble se faire par un mouvement d'engagement vers soi et non, comme beaucoup se le représentent, comme un mouvement vers l'extérieur. « Le mouvement pour aller à la rencontre de soi, on se rend compte que c'est aussi le mouvement pour aller à la rencontre de l'autre. » (Cervantes & Germain, 2009, p 89). Germain insiste ici sur l'importance de se retrouver soi-même et sur le fait que l'altérité avec le monde se construira, ensuite, d'office. Le corps, pour elle, a une capacité expressive innée en lui, à condition d'être habité.

Les outils intentionnels – détente, immobilité, silence, lenteur, attention, présence, efforts, mémoire, émotions, imaginaires, sensation – permettent à la personne de rendre vivant le moindre geste, de lui donner un sens. « Le théâtre survient au moment où un acteur réussit à rendre familier l'inconnu et, à l'inverse, éblouit et bouleverse le familier ». (Mnouchkine, 1990, p 63). Grâce à une intention précise dans son geste, un acteur peut vivre une forme de personnage, un état d'âme, une émotion ou faire une action qu'il n'a jamais vécu comme si cela lui était familier. Il peut aussi reproduire ses gestes habituels du quotidien avec une qualité de présence qui leur donnent une intensité d'une autre dimension que ce que l'on connaît dans la vie. Ainsi de petits gestes sans importance peuvent-ils attirer l'attention de tout un public ou, au contraire, des expressions totalement inhabituelles et même inacceptables dans le quotidien, peuvent-elles être reçues sans aucune résistance ?

Les mouvements naissant d'un rapport à une organicité.

Les mouvements mus par une intention vont produire des gestes habités, d'une qualité particulière, transmettant une présence peu commune qui va capter l'attention du public en lui transmettant le sentiment de vivant. Cependant, ce type de gestuelle entraîne l'acteur à créer par lui-même son geste. Dans l'art performatif, nom donné à un mouvement de chercheurs dans le théâtre et dans la danse en quête d'une autre dimension dans leur art, le projet est de remonter encore en amont dans l'origine du geste. Il est sous-tendu par un questionnement commun : N'y a-t-il pas des phénomènes pré expressifs, des pré-mouvements précédant les intentions mentales qui induisent le geste et qui permettrait à l'acteur, s'il apprenait à les percevoir, d'être encore plus proche de son mouvement originel ? N'y a-t-il pas des impulsions venant du corps capable d'entraîner la personne dans un mouvement qui ne soit pas le fruit d'une intention volontaire dictée par le mental, de la culture ou des représentations mais d'une impulsion venant du vivant ? En allégeant le geste, au préalable, de toute intention expressive, ne retrouve-t-on pas la simple expression de la vie dans sa forme première de rythme, d'impulsion, de réaction ?

Grotowski, l'un des précurseurs de l'art performatif, observe qu'il y a des acteurs qui transmettent du vivant et d'autre pas. « Chez l'acteur organique, ce que l'on voit, c'est que

tout son corps est vivant, il y a une vie du dedans. » (Grotowski, cité par Léao, 2003, p 80). L'acteur vivant est porteur d'une force. Il donne un réel sentiment pour celui qui le regarde de transmettre une part « autre » de lui, plus forte, plus belle, d'une autre qualité. Ce sentiment est reconnu dans les mots de Germain lorsqu'elle dit : « D'une toute petite partie de moi que je croyais inatteignable, surgissent une force et un pouvoir que je ne soupçonnais pas. » (Cervantes, Germain, 2009, p 133). Le théâtre pourrait-il être le lieu où, non seulement l'acteur transmet son humanité dans une présence totale, mais, également un lieu où il offre quelque chose de plus, une forme ou une qualité de l'humain non atteignable dans le quotidien ?

Force, puissance, partie de soi autre, comment ces chercheurs ont-ils su proposer un chemin pédagogique d'accès à ces impulsions en soi ?

L'impulsion (Grotowski)

Cette notion de pré expressivité se retrouve chez Grotowski qui prolonge les recherches de Stanislavski sur les actions physiques. Alors que Stanislavski étudiait les lois naturelles de la vie quotidienne pour les transférer au théâtre, Grotowski cherche à créer des conditions pour entraîner ses comédiens au-delà des limites de la normalité, au-delà des mouvements culturels sclérosés par l'éducation, dans des attitudes extra-quotidiennes. Il pense que, ainsi, il pourra retrouver l'origine profonde et innée du geste et découvrir la vraie potentialité de l'humain. Il précise le terme d'organicité comme la vie des impulsions précédant l'acte de composition. « Les impulsions, c'est quelque chose qui précède une action visible, qui est dans le corps et qui presse vers le dehors, mais qui est encore sous la peau. » (Grotowski, cité par Leao, 2002, p 78).

Les conditions extra quotidiennes se retrouvent dans le rapport au silence et à l'immobilité : « Si il se produit un silence absolu et si, pendant ce temps là, l'acteur ne fait absolument rien, le silence interne commence et dirige toute sa nature à sa source. » (Grotowski, 1970, p 288). Le silence plein, profond, habite l'acteur et semble le propulser dans une gestuelle autre que celle habituelle, guidée par sa volonté. « L'acteur cherche un courant essentiel de vie, les impulsions sont enracinées profondément dedans le corps puis s'étendent vers le dehors. » (Richard, 1995, p 156). Il semble que l'on retrouve ici le constat de Copeau ou de Germain : c'est en revenant vers soi, vers les impulsions ancrées dans le

fond que l'ouverture vers le dehors va se faire, d'elle-même. Pas besoin de chercher le dehors, il se trouve en plongeant vers le dedans.

Cependant, comme chez Stanislavski et les autres pédagogues, il s'agit, en même temps de faire un travail de « désobstruction » des résistances du corps. Chercher les causes des incapacités gestuelles plutôt que de donner des solutions, apprendre ce qu'il ne faut pas faire plutôt que ce qu'il faut faire. La désobstruction se fait par l'épuisement physique, un travail corporel acharné, des enchaînements gestuels difficiles, des échauffements très longs sur des mouvements très rapides. La longueur des exercices et la difficulté physique finissent par faire lâcher la personne de toute intention volontaire, toute retenue. Elle contacte alors des impulsions qui la mènent dans une gestuelle autre créant des gestes nouveaux, inexplorés. « Pour un instant, l'acteur se trouve en dehors des semi-engagements et du conflit qui nous est caractéristique dans la vie de tous les jours ». (Richard, 1995, p 99). L'impulsion entraîne le corps dans son entièreté, transcendant les limites et les barrières qui freinent habituellement le geste. Ce type de gestuelle, Grotowski l'a appelée l'acte total (Grotowski, 1971).

« Il faut être intérieurement passif, mais extérieurement actif. » (Grotowski, 1971, p 205). L'impulsion ne peut se contacter que dans une attitude passive où toute volonté de faire est inhibée. L'impulsion est une volonté venant du corps qui, même si elle vient de soi, semble venir d'ailleurs. Elle donne des orientations imprévisibles, des rythmes inhabituels, des expressions inexplorées. Cependant, contrairement à ce que nous venons de voir avec Copeau, pour Grotowski, l'impulsion seule ne permet rien. Pour que l'expression se fasse pour l'extérieur, l'acteur doit agir, réagir sur cette impulsion. Il est actif dans l'acte de rendre visible. « 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 LEA, 2002, p 79). Il y a là un accordage dans le temps qui demande une qualité particulière à l'acteur : celle de percevoir et de faire en même temps, sans temps de latence et de réflexion, sans filtre, l'impulsion qui se donne et la forme dans la gestuelle qu'elle prend.

Cette attitude ressemble étrangement à ce que Charpail nomme l'inspiration : « Trouver l'inspiration demande de rechercher deux qualités apparemment paradoxales : une certaine volonté et un certain laisser aller. Volonté, car l'acte inspiré est plus difficile que l'acte mécanique, il demande une plus grande énergie, son enjeu et le risque qu'il fait prendre sont plus grands. Laisser aller veut dire à l'écoute de, en relation avec d'autres forces en présence, y compris les siennes propres et ignorées. Cet état est aussi une certaine volonté. En bref, trouver l'inspiration demande qu'on n'ait pas seulement la volonté de s'accomplir mais

celle d'accomplir. » (Charpail, 1990, p 72). Ici, Charpail pointe une donnée importante dans l'accord avec le mouvement organique : il ne s'agit pas seulement de se laisser faire, mais de faire avec. Il ne suffit pas de retirer sa volonté, mais également de s'engager volontairement. L'acte de l'organicité ou de l'inspiration implique la présence de deux actes intérieurs simultanés : non faire et faire.

Grotowski a appelé cette attitude où il semble que ce n'est plus soi qui décide et où cependant l'acte d'engagement doit avoir lieu, la 'spontanéité lucide' (Grotowski, 1971). Il utilise ici le mot spontanéité, dans le sens où le mouvement se donne spontanément. Cependant, il a rajouté « lucide » pour démarquer cette spontanéité de celle des autres types d'expression corporelle qui, pour lui, sont chaotiques dans le sens où la personne n'a pas de préhension sur son geste. « La liberté est d'aller dans tous les possibles mais pas de faire n'importe quoi. » (Brook, 1977, p). Dans la spontanéité lucide, le sujet reste conscient, il a un rapport très précis à l'impulsion. Elle est ressentie et elle est prise en main.

La spontanéité lucide unit la spontanéité, le flux du vivant, ce qui ne se contrôle et ne se décide pas avec la rigueur, l'ordre, la structure. L'acteur doit être capable, par sa réaction, de donner une forme claire et concrète à son geste. « C'est dans cette apparente contradiction entre spontanéité et rigueur qu'émerge la vie ». (Grotowski, dans Sranislavski, 1980, p 190)).

L'acte total n'est donc ni automatique, ni spontané, ni simplement dépendant d'une attention. Il doit se faire dans un état particulier, dans des conditions extra quotidiennes. Ces conditions sont facilitées par l'acte théâtral qui est, par sa nature, extra-quotidien. Brook a fait de cet acte un acte sacré. « Non seulement le théâtre sacré montre l'invisible, mais il offre également les conditions qui en permettent la perception. » (Brook, 1997, p 82). Pour Grotowski comme pour Brook, même s'il n'est pas le but ultime, l'acte théâtral, la scène, l'empathie avec le metteur en scène, la présence d'un public, le regard de l'autre, sont autant de facteurs qui vont accentuer l'accès à la perception. Le théâtre devient un moyen, un véhicule pour atteindre des capacités inédites de l'être humain.

Les Sats (Barba)

Barba, fondateur de l'Odin théâtre, cherche, dans le sillon de Grotowski, à enlever la pression du résultat théâtral pour travailler uniquement et directement sur la présence de l'acteur. « Existerait-il un niveau de l'art de l'acteur où celui-ci serait vivant, présent, mais sans rien représenter ni signifier. » (Barba, cité par Leao, 2002, p 97). On assiste à nouveau à

une pédagogie particulière qui est tout d'abord « d'apprendre à ne pas apprendre à être acteur, à ne pas apprendre à jouer ». (Aprea, 2007, p 41). Les exercices ne sont pas des travaux sur des scènes théâtrales mais sur soi même, l'objectif essentiel étant de déployer l'énergie, l'intensité des actions et non leur signification.

Barba cherche les invariants qui constituent l'art de l'acteur en étudiant les différents courants théâtraux d'orient et d'occident. Il nomme cette recherche « l'Anthropologie théâtrale ». De cette étude, il retiendra « des principes qui reviennent » comme les « sats » ou les équilibres de luxe.

Les « Sats », mots danois signifiant « saut d'énergie », font penser à l'impulsion de Grotowski ou à la pré expressivité de Godard. Ils définissent une impulsion venant du corps, l'instant qui précède l'action et où toute l'énergie est déjà présente et prête à intervenir. C'est une forme de suspension d'énergie qu'il s'agit de laisser grandir pour ensuite la laisser propulser le geste.

Barba fait contacter cette variation d'énergie par des postures extrêmes qui rappellent les propositions de Decroux. Mais là où Decroux travaillait sur la posture et laissait l'énergie habiter l'acteur surtout dans des moments de pause dans des positions extrêmes, Barba propulse cette énergie dans un mouvement. En amenant le corps au déséquilibre ou à une grande concentration d'énergie, il oblige l'acteur à se réajuster par une forme d'élan interne indépendant de sa volonté. Dans l'attente, la tension monte, quelque chose grandit dans le corps et à un moment donné, le geste se déclenche. Barba nomme ces postures extrêmes « équilibre de luxe ». Elles permettent d'accéder à l'origine du geste vivant par l'accès aux micros mouvements du corps qui servent à maintenir ce dernier en équilibre. En apprenant à les percevoir et à les amplifier, l'acteur fait apparaître l'expression de la vie en lui. « Cet enchevêtrement de micros mouvements... où l'on mesure l'équilibre nous mettent sur une autre piste : c'est là la source de la vie qui anime la présence de l'acteur. » (Barba, cité par léao, 2003, p 94). Dans l'équilibre, dans l'attente, dans l'immobilité, quelque chose se met à vivre avant même que le corps bouge. « ... quelque chose d'intime qui pulse et pense dans l'immobilité et le silence, une force pensée contenue qui peut se déployer dans le temps sans se déployer dans l'espace. » (Barba, 2004, p 91).

Barba demande à chaque acteur de créer un enchaînement codifié dont il se servira d'entraînement régulier. Ce codifié est répéter régulièrement dans des rythmes et des intensités différentes permettant d'intégrer sas et équilibres de luxe. L'acteur, ensuite, transfère ces données dans son jeu et crée ainsi une relation nouvelle avec le spectateur fondée non pas sur les signes qu'il lui offre mais sur l'intensité d'une relation empathique.

« Lorsqu'une personne perçoit, éprouve réellement un processus organique, elle rend disponible cette perception au spectateur témoin. » (Leao, 2002, p 103). Ainsi, la vie ne se donne pas à voir, elle se donne surtout à vivre.

La pré expressivité (Godard)

Certains pédagogues comme Knapp insistent sur l'attitude d'attente. C'est dans l'immobilité, dans la non intention qu'apparaît le mouvement authentique. « Le mouvement, c'est le moment où le corps ne peut plus rester immobile, où il doit basculer vers quelque chose qui exige qu'il se mette en mouvement. » (Knapp, 1990, p 56). Pour Knapp, l'immobilité donne accès à la perception de la naissance du mouvement, une sorte de volonté de se mouvoir qui vient du dedans. Pour lui, l'attitude de non intentionnalité déployée dans l'attente permet de faire l'expérience d'un mouvement qui ne vienne pas de la volonté.

Godard explique ce phénomène par la notion de tonus interne. Remarquant que, avant le geste, quelque chose se prépare dans le corps, il constate qu'il s'agit d'une forme de tonus qui varie avant même que l'on ait bougé. Il en déduit qu'il y a une préparation au geste qui s'effectue dans le corps. L'intention de faire un geste produit une mobilisation tonique, une transformation qui prépare à l'action. Godard appelle ce phénomène corporel la pré-expressivité. Si, par un effort d'attention, l'acteur capte la mobilisation tonique, il peut effectuer son geste au moment où tout de lui, intérieurement est prêt. S'il ne respecte pas cette préparation tonique interne, le geste est fait volontairement, non soutenu par la pré-expressivité tonique.

Pour lui, « la difficulté pour le danseur (ou pour l'acteur) n'est pas simplement de travailler sur le langage, le signe du geste, mais de travailler sur le fond tonique sur lequel va s'inscrire ce geste » (Godard, cité par Léao, 2003, p 101). Cette attitude est le secret de la présence et de la qualité du geste. Il y a un moment juste pour faire le geste qui permet de se glisser dans quelque chose qui est en train de se faire et qui se capte par la perception d'une variation tonique. Godard, ici, fait réfléchir à la représentation que l'on a du geste visible. Il bouscule l'idée que le geste commence au moment où l'on bouge. Dans l'immobilité précédant le geste, il y a déjà une mobilité.

Cette première présentation des différentes formes de motricités, me permet d'introduire la recherche de Danis Bois qui peut s'inscrire dans la lignée de ces chercheurs de l'art de la scène. Nous verrons en quoi elle est similaire, en quoi elle est complémentaire mais aussi en quoi elle diffère. Comme Grotowski, le fondateur de la PPP a déployé ses observations autour de l'origine du geste et propose de rencontrer un état de lucidité extrême. Cependant l'état dont il parle n'est pas un état de conscience particulière, c'est « un état où toutes les facultés sont à leur paroxysme...un moment où la personne est au plus proche d'elle-même et la plus ouverte à d'autres possibles. » (Bois, 2011a, p 5). Cet état particulier, il l'a nommé « Le Sensible » (Bois, 2001, 2006, 2007 ; Bois, Humpich, 2006 ; Bois, Austray, 2007 ; Berger, Bois, 2008). Dans l'exposé qui va suivre, nous allons étudier sur quelle type de motricité cet état de lucidité et de liberté particulière se crée.

L'EXPRESSIVITE DU SENSIBLE

L'Expressivité du Sensible, prolongement du Mouvement Fondamental dans sa forme expressive, est une discipline visant à laisser apparaître dans le monde du visible, les impulsions, les impressions, les vécus déclenchés par la rencontre du sujet avec le mouvement interne (Bois, Berger, 1990 ; Bois, 2006, 2007 ; Berger, 2006). Le Mouvement interne a été déterminé par Danis Bois comme une forme d'impulsion organique au sein de la matière du corps. Ce mouvement interne convoqué dans des situations d'attention particulières, est défini comme une force d'autorégulation du vivant non soumise aux habitudes, histoires, références connues. La notion de Sensible renvoie à la manière d'être à soi lorsque la personne est en contact avec le mouvement interne. Lorsque celui-ci est prolongé dans le visible, il donne naissance à une gestuelle semblant dépourvue de toute volonté mentale et porteuse d'un sentiment d'existence, de profondeur, de liberté, peu commun pour la personne qui l'effectue.

L'un des grands projets porté par l'Expressivité du Sensible est donc de donner à voir, par le biais du geste, la richesse du monde intérieur vécu par la personne lors de sa rencontre avec cette force interne. Cet enjeu rejoint celui de la plupart des chercheurs que j'ai présenté dans la première partie de cet article et pour lesquels le théâtre est considéré comme un instrument de passage pour transmettre une intériorité. De même que pour ces grands du théâtre, c'est par l'exploration du corps en mouvement que l'Expressivité du Sensible se propose d'atteindre les recoins de l'être et de les amener au grand jour. De la même manière

que pour les enseignants de l'art vivant, s'est posée tout d'abord la question du chemin : doit-on partir de la forme extérieure pour contacter le fond de soi ou plutôt entrer dans un rapport avec le fond pour le laisser s'exprimer dans la forme ?

PROJET DE L'EXPRESSIVITE DU SENSIBLE

Contacter une « région sauvage »

Comme pour Grotowski, la gestuelle explorée par Danis Bois est le prolongement d'un élan interne, d'« une volonté autonome qui se propulse à partir d'un mouvement invisible, interne au corps. » (Bois, 2002, p 32). Alors que Grotowski la nomme impulsion, il lui donne le nom de mouvement interne. Tout deux sont d'accord pour dire que cet élan interne fait accéder à une autre dimension de la personne : « Il s'agit bien d'un 'ailleurs', d'un 'autre chose' qui vit en moi et qui est capable de me fournir des impulsions d'action et de réflexion ». (Bois, 2002, p 30).

L'étrange dans ce type de gestuelle, c'est que, bien que l'impulsion vienne d'une involonté, le geste produit « semble paradoxalement exprimer qui l'on est, mieux que l'on pourrait le faire soi-même. » (Bois, 2002, p 57). Bien qu'il ne vienne pas de la volonté de la personne, le geste est porteur d'une authenticité profonde. Il est porté par l'élan particulier qu'est le mouvement interne, rendant possible la « découverte d'un potentiel organique commun à tous les êtres humains et à l'abri, autant que possible, du chaos de l'histoire individuelle. » (Leao, 2002, p 209-210). Cette impulsion, encore non visible de l'extérieur, est donc porteuse de l'espoir d'un mouvement non conditionné par l'éducation et la socialisation. Elle permet, si elle est perçue, de pénétrer « le monde de l'intériorité corporelle » (Bois, 2009, p 48) « 'région sauvage', vierge de toute référence connue.» (*idem*). C'est ce lieu en soi, cette « situation intérieure » (Berger, 2009, p 19) où toute les habitudes, comportements, histoire, n'ont pas laissé de traces, et à laquelle on accède lorsque que l'on entre en rapport avec le mouvement interne que Danis Bois a nommé « le Sensible ». Il y a donc une impulsion

d'action, un élan interne, incontrôlable, imprévisible, « l'existence d'une tension, d'une poussée, et même plus : d'une véritable force intérieure qui le (le sujet) pousse à agir et à penser ». (Bois, 2002, p 30).

Rendre visible ce qui est invisible

Avant de s'engager plus loin dans la présentation du projet de l'expressivité du sensible, il me faut tout d'abord faire un tour d'horizon des définitions qui englobent la notion d'invisible.

L'invisible renvoie à ce qui ne se voit pas à l'œil nu, qui n'est pas capté par un regard naturaliste, pas perçu par un regard habituel. Il est aussi le fruit d'une imperception : par manque d'attention, la personne ne voit pas la chose qui est.

La deuxième notion concerne le monde intérieur : « La vision sensorielle de l'invisible... c'est quelque chose qui se donne à voir mais seulement pour la personne qui le vit » (Bois, 2011, p 2). L'invisible ici correspond à la perception qu'a l'autre de ce qui se vit en soi. Pour celui qui vit l'expérience, l'invisible est visible sensoriellement à condition que la personne déploie une capacité perceptive suffisante ou, du moins, pose son attention sur la chose. Cependant, de même qu'elle ne permet pas de voir tout ce qui apparaît dans le monde objectif, la perception naturaliste ne permet pas d'accéder à toutes les formes de vécus internes.

Percevoir son intériorité

Comment pourrait-on alors rendre visible à l'extérieur ce qui est invisible pour soi-même ? Danis Bois, avant même d'engager la personne dans l'expression vers le visible, propose, tout d'abord, d'aider à mieux percevoir ce qui est, jusqu'alors, invisible pour elle. Tout son travail vise, dans un premier temps, à éveiller la perception pour mener vers une capacité perceptive capable de sentir, de percevoir, de voir les événements intérieurs, en particulier la présence du mouvement interne, ses formes, ses orientations, ses effets.

Dans les débuts de sa recherche, Bois développe des protocoles permettant aux personnes de développer « la perception contemplative » par une relation d'aide manuelle. Cet accompagnement permet de percevoir les élans internes sans chercher à les prolonger

dans un mouvement visible. La première préoccupation est de développer l'attention à soi. Mais, étrangement, cette attention à soi n'a pas seulement l'effet, comme le décrivent Stanislavski et Mnouchkine, d'amplifier la présence, elle permet à des impulsions internes de se créer : « Tout se passe comme si la simple intention de se percevoir soi-même déclenchait tout un processus de mouvement invisible de l'extérieur ». (Bois, 2002, p 43). Ainsi, par une intention de porter l'attention en soi, les intériorités se mettent en mouvement dans l'invisible des corps. Rien n'apparaît dans le visible : le corps bouge immobile !

Ce monde interne mouvant et vivant constitue ce que le fondateur de la praxis du Sensible nomme « le fond perceptif ». « Le fond est défini au moment où ce qui était alors invisible devient visible » (Bois, 2011, p 3). Par des protocoles pédagogiques, la personne accède à ce qui était invisible pour elle dans son intériorité. Reste encore une étape à passer : une fois que le sujet perçoit ce fond invisible comment faire pour qu'il s'extériorise dans une action, une expression, visible pour le monde ? « Nous sommes là face à un « pré-monde- fait de pensées et de formes inobjectivées. » (Bois, 2005, p 77).

Rendre objectif le subjectif

« Le monde objectif se résume ainsi dans des énonçables permanents et identiques pour chacun quand le monde subjectif se définit par son caractère imprévisible et singulier. Quand l'artiste, illustrant cette attitude, déploie son action dans l'inscription d'une forme, il manifeste le trajet de tout un processus qui part de son intériorité et se transporte dans l'œuvre, dans un rapport de succession sans déperdition, sans temps de latence entre l'éprouvé immédiat et son expression objective. » (Bois, 2005, p 75). Le contenu d'une expression singulière encore enfouie dans l'intériorité d'un corps va donc devoir se déployer dans une forme objective soumise à un langage gestuel ou verbal pré établi qui se veut commun à tous. Elle va devoir également tenter d'échapper à l'influence de tous les phénomènes de filtres ou de résistances entravant la possibilité d'expression totale du geste.

Ici commence alors une deuxième étape de la recherche visant à construire des protocoles permettant le passage de cette intériorité invisible dans une gestuelle visible.

Comment procéder pour que ce mouvement du dedans se prolonge vers le dehors ? Pour qu'une profondeur de vécu interne, subjective, informe se traduise dans une expression visible de l'extérieur, mise en forme, compréhensible pour celui qui la reçoit ?

Comment opérer ce passage sans déperdition ? Peut-on passer du ressenti à l'action sans qu'il y ait perte de l'intégralité du vécu ? Comment aller totalement dans le monde de la forme sans perdre le fond ? Peut-on aller dans le visible sans quitter l'invisible ? « Est-il possible que les actions soient imprégnées par cet invisible, par cette force ? » (Bois, 2011, p 4).

LA MOTRICITE SUBTILE

Durant des années, entouré d'une équipe de formateurs, de thérapeutes et d'artistes, Danis Bois met petit à petit au point une pédagogie visant à déployer une forme de gestuelle naissant du rapport avec le mouvement interne. Cette gestuelle s'appuyant sur des paramètres de relâchement, de non volonté, d'introspection, de lenteur, de points d'appuis, de globalité, de non prédominance, de coordination fondamentale est nommée « motricité subtile ». Des principes pédagogiques particuliers permettent d'y accéder, tels la relation d'aide manuelle, le détournement d'intentionnalité, les stratégies d'évitement de la pesanteur. Dans ses recherches doctorales, Danis Bois a modélisé le déploiement de vécus dans la relation au Sensible sous la forme de la « spirale processuelle du rapport au Sensible » (Humpich, Lefloch, 2009, p 94). Il a ainsi permis de définir et sectorialiser la richesse du monde intérieur pour mieux aider à le percevoir.

Grace à tous ces paramètres, la motricité subtile dans l'expressivité donne accès à une expression gestuelle d'une profondeur extrême, d'une authenticité surprenante mais également d'une simplicité étonnante. On pourrait, pour la décrire, s'appuyer sur une phrase de Pina Bauch, fondatrice de la Danse-théâtre, en transposant au théâtre ce qu'elle décrit de sa quête dans la danse : « je cherche une forme qui exprimerait en toute simplicité ce que je sens... les mouvements sont si simples, qu'on pourrait penser que ce n'est pas de la danse. » (Bauch cité par Adnan, p 30, 2010). L'Expressivité du Sensible fait entrer dans un monde non spectaculaire. Les gestes semblent banals et pourraient être produits par n'importe qui, cependant, ils sont portés par une telle présence que, bien souvent l'acteur en pleure d'émotion ou le public, touché dans le plus profond de lui, pense à un état de grâce. L'intimité

apparaît, mais également une nouvelle forme d'être, une réelle transformation de soi au présent. L'acteur apprend à oser être à partir du plus profond de lui-même et à oser le montrer aux autres. « Il se pose dès lors au sujet qui devient du dedans, le dilemme d'oser apparaître au dehors. L'audace de vivre – l'oser être – repose ici sur le courage de quitter ce que l'on a été, pour apparaître dans ce que l'on devient. » (Humpich, 2009b, p128). Oser devenir soi totalement et quitter l'ancien de soi, le petit, le peureux, le caché, l'absent.

PERSPECTIVES

Dans notre monde où les apparences priment, où les conventions brident notre liberté, l'expressivité basée sur la motricité subtile donne des possibilités d'accès à une authenticité profonde. Elle nourrit l'espoir que Eve Berger exprime ainsi : qu'« avec le mouvement libre, mon intériorité devienne un appel à extérioriser l'être qui m'anime, à le mettre au monde, à l'incarner dans l'existence » (Berger, 2009 b, p 234). Elle cherche à prolonger le rêve de Grotowski souhaitant que « l'acteur naisse à nouveau, pas seulement en tant qu'acteur, mais en tant qu'homme » (Grotowski, 1971, p 38). Dans l'Expressivité du Sensible, la nouvelle naissance se veut de correspondre à une nouvelle manière d'être à soi et au monde. Elle passe par un changement de statut d'une manière d'être à l'image de soi à devenir le sentiment de soi.

En prolongeant cette démarche vers la vie quotidienne, il me semble que, aider l'homme à s'exprimer en accord avec une impulsion venant du vivant, peut donner des clés pour une capacité à faire des choix s'accordant avec sa propre vie et à les mettre en acte.

Ainsi, l'être humain pourrait-il plus consciemment contribuer à son accomplissement et, comme le propose Humpich : « se poser comme acteur de son devenir » (Humpich, 2009, p 109).

J'ai le secret espoir, qu'en déployant cette recherche dans l'expression basée sur un rapport profond à soi, de pouvoir offrir les clés de ce que Berger ose décrire comme : « un rapport vécu entre le sacré de l'intériorité et la matérialité de l'existence. » (Berger, 2009 b, p 236)

Exprimer la matérialité de notre existence pourrait-il devenir un geste sacré ?

Bibliographie

Art Thérapie

André, P., Benavides, T. & Canchy-Giromini, F. (1996). *Corps et psychiatrie*. Thoiry. Ed Heures de France.

Charpail, N. (1985). *Faire face*. Art et thérapie, n°15, p 65-68.

Hal et Sidra Stone : Imagination active et dialogue intérieur. Internet.

Klein, JP. (2003). *L'art-thérapie*. Presses Universitaires de France 5ème édition. Collection Que sais-je ?

Klein, J-P. (2006). *Le clown dit l'imaginaire en direct*. Culture Clown n°12 p 46 à 48. Publication du CRCC.

Sheleen, L. (1985). *Réveiller l'imaginaire, révéler l'imaginal*. Art et thérapie, n°15, p 75-80.

Sylvander, B. (1990). *L'improvisation en clown-théâtre*. Art et thérapie, n°34-35, p 10-39.

Lamboy, B. (2009). L'imaginal. In Bois, D. & Humpich, M. (2009). *Vers l'accomplissement de l'être humain : soin, croissance et formation*. Ivry sur Seine. Ed Point d'appui

Danse

Bausch, P. (2010). *Café Müller*. Wuppertal. Ed L'Arche.

Philosophie

Godin, C. (2004). *Dictionnaire de philosophie*. Poitier. Fayard, Ed du temps.

Psychologie

Agnel, A. 2005. *Le vocabulaire de Jung*. Ellipses. Paris. Collection « vocabulaire de Jung ».

Jung, C-G. *L'âme et le soi*.

Jung, C-G. *Rencontre avec l'âme*. L'imagination active selon C-G Jung. La Fontaine de Pierre. Ed Le Dauphin.

Maslow, A. (2008). *L'accomplissement de soi*. De la motivation à la plénitude. (Sixième tirage). Paris : Eyrolles.

Psychopédagogie Perceptive

Apréa, L. (2007). *La scène pédagogique du sensible et l'émergence créatrice*. Université Moderne de Lisbonne. Maestrado en Psychopédagogie Perceptive.

Apréa, L. (2009). *La scène pédagogique du sensible et l'émergence créatrice*. In Bois, D., Josso, M-C. & Humpich, M. (2009). *Sujet sensible et renouvellement du moi : les apports de la fasciathérapie et de la somato-psychopédagogie*. Ivry sur Seine. Ed Point d'appui.

Austry, D. (2009). *Le touchant touché dans la relation au Sensible*. In Bois, D., Josso, M-C. & Humpich, M. (2009). *Sujet sensible et renouvellement du moi : les apports de la fasciathérapie et de la somato-psychopédagogie*. Ivry sur Seine. Ed Point d'appui.

Berger, E. (1999). *Le mouvement dans tous ses états*. Paris. Point d'appui.

Berger, E. (2006). Réduction phénoménologique et épochè corporelle : psychophénoménologie de la pratique du point d'appui. In *Expliciter*, N° 67, p 49.

Berger, E. (2009). *Rapport au corps et création de sens en formation d'adultes. Étude à partir du modèle somato-psychopédagogique*. Université Paris VIII, thèse de doctorat.

Berger,E. (2009 a). La gestualité du Sensible : l'humain de l'être en mouvement. In Bois, D. & Humpich, M. (2009). *Vers l'accomplissement de l'être humain : soin, croissance et formation*. Ivry sur Seine. Ed Point d'appui.

Berger, E. (2009 b). Echanges avec C.Courraud, N.Quéré, E. Berger et JM Rugira. In Bois, D. & Humpich, M. (2009). *Vers l'accomplissement de l'être humain : soin, croissance et formation*. Ivry sur Seine. Ed Point d'appui.

Bois, D, Berger, E. (1995). *Le fondamental en mouvement*. Gap. Ed le Souffle d'or.

Bois, D (2002). *Un effort pour être heureux*. Volx. Ed Point d'appui.

Bois, D (2005). Cours en art thérapie et mouvement donnés à L'Université de Lisbonne. Littérature grise.

Bois, D. (2006). *Le Moi Renouvelé*. Ivry sur Seine. Ed Point d'Appui.

Bois, D. (2007). *Le corps sensible et la transformation des représentations chez l'adulte*. Sevilla : Facultad de ciencias de la educacion. Tesis doctoral.

Bois, D, Austry, D. (2007). Vers l'émergence du paradigme du Sensible. In *Réciprocités*, N°1, CERAP, Université Fernando Pessoa, Porto.

Bois, D. (2009). Relation au corps sensible et potentialité de l'être humain. In Bois, D. & Humpich, M. (2009). *Vers l'accomplissement de l'être humain : soin, croissance et formation*. Ivry sur Seine. Ed Point d'appui.

Bois, D (2009a). De la Fasciathérapie à la Somato Psychopédagogie. Austry, D, Bois, D (2009). In Bois, D., Josso, M-C. & Humpich, M. (2009). *Sujet sensible et renouvellement du moi : les apports de la fasciathérapie et de la somato-psychopédagogie*. Ivry sur Seine. Ed Point d'appui.

Bois, D. (2009b). *Touching Life within. The Danis Bois Method*. CD. Volume 2. Disc 28. OMEGA.

Bois, D, Austry, D (2009). Vers l'émergence du paradigme du Sensible. Austry,D, Bois,D (2009). In Bois, D., Josso, M-C. & Humpich, M. (2009). *Sujet sensible et renouvellement du moi : les apports de la fasciathérapie et de la somato-psychopédagogie*. Ivry sur Seine. Ed Point d'appui.

Bois, D. (2010). Cours donné dans le cadre du Maestrado. Février 2010.

Bois, D. (2011). *De l'invisible au visible*. Formation continue Somato psychopédagogie sur le codifié. Février 2011. Ivry sur Seine. Littérature grise.

Bois, D. (2011). *Le paradigme du Sensible*. Formation continue Somato psychopédagogie sur la lecture du mouvement. Mai 2011. Ivry sur Seine. Littérature grise.

Bois, N. (2009). Itinéraire et accompagnement performatif du Naître à son Devenir. In Bois, D., Josso, M-C. & Humpich, M. (2009). *Sujet sensible et renouvellement du moi : les apports de la fasciathérapie et de la somato-psychopédagogie*. Ivry sur Seine. Ed Point d'appui.

Bourhis, H. (1999). *La Biomécanique Sensorielle, Méthode Danis Bois*. Luisant. Ed Point d'appui.

Bourhis, H. (2005). *Biomécanique sensorielle et biorythmie*. Les cahiers de la MDB. Volx. Ed Point d'appui.

Bourhis, H. (2009). La directivité informative dans le guidage d'une mise en sens de la subjectivité corporelle : une méthodologie pour mettre en évidence les donations de sens du corps sensible. In Bois, D., Josso, M-C. & Humpich, M. (2009). *Sujet sensible et renouvellement du moi : les apports de la fasciathérapie et de la somato-psychopédagogie*. Ivry sur Seine. Ed Point d'appui.

Eschalié, I. (2009). *La gymnastique sensorielle pour tous*. Paris. Ed Trédaniel.

Humpich J. (2007). Psychopédagogie perceptive et expérience de l'implication. *Exploration de l'émotion et de la résonance au contact sensible*, Mémoire de Mestrado en Psychopédagogie perceptive. Université Moderne de Lisbonne

Humpich, M. (2009). Introduction. In Bois, D. & Humpich, M. (2009). *Vers l'accomplissement de l'être humain : soin, croissance et formation*. Ivry sur Seine. Ed Point d'appui.

Humpich, M. (2009 b). Quête de sens et accomplissement de l'être humain. In Bois, D. & Humpich, M. (2009). *Vers l'accomplissement de l'être humain : soin, croissance et formation*. Ivry sur Seine. Ed Point d'appui.

Humpich, M., Lefloch Humpich (2009). L'émergence du sujet sensible : itinéraire d'une rencontre au cœur de soi. In Bois, D., Josso, M-C. & Humpich, M. (2009). *Sujet sensible et*

renouveau du moi : les apports de la fasciathérapie et de la somato-psychopédagogie.
Ivry sur Seine. Ed Point d'appui.

Leao, M. (2002). *La présence totale au mouvement.* Paris. ED Point d'Appui.

Noël, A. (2001). *La gymnastique sensorielle.* Paris. Point d'appui.

Roman

Huston, N. (2010). *L'espèce fabulatrice.* Arles. Actes Sud

Sociologie

Kaufmann J-C. (2009). *L'invention de soi, une théorie de l'identité.* Paris. ED Point d'Appui.

Théâtre

Alranq, C. (1981). Le masque totem. *In les masques de la commedia dell'Arte.* Bouffonneries n°1, p 79.

Autant-Mathieu, M-C. (2007). *Stanislavski / La ligne des actions physiques.* Millau. Ed Hachette Littératures.

Aslan, O. (1993). *Le corps en jeu.* Paris. Ed CNRS.

Barba, E (1995). *L'énergie qui danse – l'art secret de l'acteur.* Bouffonneries, Cahillac.

Barba, E.(2004). *Le Canoë de Papier.* Barcelone. Edition L'Entretemps.

Barrault, J-L. (1985). *Le visage et le corps.* In le masque, du rite au théâtre. Paris. Editions CNRS.

Bernard, M. (1976). *L'expressivité du corps.* Paris. Ed Jean-Pierre Delarge.

Bonange, J-B. (2006). *Le rapport du clown à l'imaginaire.* Culture Clown n°12 p1. Publication du CRCC.

Bonange, J-B. (2006). *Le jeu du visible et de l'invisible*. Culture Clown n°12 p 34 à 38. Publication du CRCC.

Brook, P. (1977). *L'espace vide*. Paris. Edition du Seuil.

Charpail, N. (1990). Volonté et magie. *L'improvisation*. Art et thérapie. N°34-35.

Cervantes, F. & Germain, C. (2009). *Le clown Arletti*. Paris. Magellan & Cie. Ed Maison.

Copeau, J. (1988). *Il luogo del teatro*. Dirigé par Maria Ines Aliverti. Ed. La Casa Usher.

Copeau, J. (1990). *Il corpo scenico, ovvero la tradizione scenica dell'attore*. Dirigé par Azzaroni G. Ed Nuova Alfa.

Decroux, E. (2003). « Des origines du mime et d'une conception du monde ». *Etienne Decroux, mime corporel. Textes, études et témoignages*. St Jean de Védas. Ed L'Entretiens

Féral, J. (1998). *Trajectoires du Soleil autour d'Ariane Mnouchkine*. Condé sur Noireau. Ed Théâtrales.

Grotowski, G. (1971). *Vers un théâtre pauvre*. Lausanne. Ed L'Age d'Homme.

Knapp, A. (1990). Improvisation : identité et quête. *L'improvisation*. Art et thérapie. N°34-35

Laban, R. (2007). *La maîtrise du mouvement*. Arles. Acte Sud.

Lecoq, J. (1997). *Le corps poétique*. Arles. Actes Sud-Papiers.

Lecoq, J. (1972). *Le théâtre du geste*. Paris. Bordas.

Mnouchkine, A. (1990). L'acteur au présent, le présent à la seconde. *L'improvisation*. Art et thérapie. N°34-35. Interview de Josette Feral.

Marceau, M. (1991). *Les cris du silence*. Panorama.

Pezin, P. (2003). Etienne Decroux, mime corporel. Textes, études et témoignages. St Jean de Védas. Ed L'Entretiens

Rama, L-D. (1994). *Pour un renouveau du théâtre masqué*. El.

Richards, T. (1995). *Travailler avec Grotowski sur les actions physiques*. Arles. Actes Sud.

Simon, A. (1989). *Acteur Spectateur*. Paris. Actes Sud.

Stanislavski, K. (1980). *L'attore creativo*, sous la direction de Fabrizio Cruciani et Clelia Falletti. Ed. La Casa Usher.

Stanislavski, K. (1986). *La formation de l'acteur*. St Arnans. Ed Pygmalion.

Stanislavski, K. (1990). *Il lavora del'attore su se stesso*. Ed. Laterza.

Scheleen, L. (1983). *Un théâtre pour devenir autre*. Paris. EPI.

Schott-Billman. (1990). L'improvisation est-elle thérapeutique ? *L'improvisation*. Art et thérapie. N°34-35.

Sylvander, B. (2006). *L'improvisation en clown théâtre*. Culture Clown n°12 p 10 à 39. Publication du CRCC.

Sylvander, B. Le Tellier, T. (2006). *Le clown et l'imaginaire en création*. Culture Clown n°12 p 26 à 28. Publication du CRCC.

Sylvander, B. (2006). *De l'imaginaire à l'imaginal*. Culture Clown n°12 p 31 à 33. Publication du CRCC.

Phrase qui pose question : (remplacer par « à voir »)

(p 16)

... (Sylvander, 1990, p 22). « Ici, l'invisible correspond aux images se donnant en soir, (?) résultat de sensations déclenchées par le rapport au monde extérieur. »